

Zapečeni pirinac bez ulja



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **90** min

Sastojci

Potrebno je:

- **1 šoljica** pirinca (integralnog)
- **2 manje** šargarepe
- **1 glavica** crnog luka
- **2 cena** belog luka
- **1** pileci batac
- **1 kašicica** karija
- **malo** bibera
- **po ukusu** soli

Priprema

Batac skuvati posebno u vodi, isprati hladnom vodom i ostaviti ga malo u hladnoj vodi da se brže ohladi dok pripremite ostatak. Pirinac staviti posebno da se malo prokuva. Luk saseckati na kockice, šargarepu na tanke trakice (možete i narendati ili sitno saseckati, kako god želite). Staviti u šerpici u koj se kuva pirinac pa kuvati zajedno 10-ak-15 minuta. Dok se to kuva ocistiti batac od kosti i kože. U tepsijicu izruciti pirinac sa povrćem i dodati komadice mesa, dodati još malo vode kako bi imalo dovoljno da se lepo ukrcka i povrce i pirinac omekša. Dodati i sitno seckani beli luk i zacine. Staviti u zagrejanu rernu na 180-200 C da se ukrcka i lepo zapece.

Savet

Poslužiti toplo uz sezonsku salatu.