

БӨЛІМ: РЕЦЕПТ

Палау дайындау әдісі (рецепт)

ЖАРИЯЛАНДЫ
12.10.2024СІЛТЕМЕ
https://bilimger.kz/165647/

Палау дайындау - шығыс тағамдарының классикалық түрлерінің бірі, ол күріш, ет және көкөністерден жасалады. Мұнда қысқаша палаудың дәстүрлі рецептісі:

Құрамы:

- 500 г қой еті (немесе сиыр еті)
- 2 стакан күріш
- 2-3 бас пияз
- 3-4 сәбіз
- 3-4 түйір сарымсақ
- 100 мл өсімдік майы
- 1 шай қасық зира
- Тұз және қара бұрыш
- Суға шамамен 1 литр

Дайындау қадамдары:

- Күрішті жуу:** Күрішті бірнеше рет жуыңыз, таза суға 20-30 минутқа қалдырыңыз.
- Ет пен көкөністерді дайындау:** Етті орташа кесектерге бөліп, пиязды жарты сақинаға, ал сәбізді ұзыншалап тураңыз.
- Майды қыздыру:** Қазанға майды құйып, қатты қыздырыңыз. Пиязды салып, қуырыңыз.
- Етті қуыру:** Пиязға етті қосып, алтын түске дейін қуырыңыз.
- Сәбізді қосу:** Сәбізді етке қосып, оны да шамамен 5-7 минут қуырыңыз.
- Сарымсақ пен зира:** Барлық ингредиенттерді жақсылап араластырып, сарымсақты және зираны қосыңыз.
- Күрішті қосу:** Күрішті ет пен көкөністердің үстіне бірқалыпты етіп төгіп,

күріштің үстіне су құйыңыз (су күріштің бетінен шамамен 1-2 см жоғары болуы керек).

8. **Қақпақпен жауып, баяу отта пісіру:** Қазанның қақпағын жауып, палауды баяу отта шамамен 30-40 минут пісіріңіз.
9. **Демдеу:** Палауды оттан алып, шамамен 10-15 минут демдеңіз.

Keңестер:

- **Ет түрі:** Қой еті палаудың дәстүрлі түрі болып саналады, бірақ сіз тауық немесе сиыр етін де қолдана аласыз.
- **Дәмдеуіштер:** Зира палауға ерекше хош иіс береді, оны қолдануды ұмытпаңыз. Егер сізге зираның дәмі қатты ұнамаса, оны аз мөлшерде қосуға болады.
- **Қосымша ингредиенттер:** Кейбір палау түрлеріне мейіз, ноқат немесе басқа да қоспалар қосуға болады. Бұл тағамның дәмін байытады.

Дайын палауды үлкен табаққа салып, үстіне сарымсақты және етті әдемі етіп жайып, дастарханға қоясыз. Бұл тағамды салатпен немесе көкөніс қосымшаларымен бірге ұсынуға болады.

Бұл палаудың классикалық түрі болса да, оны әркім өзінің талғамына сай өзгерте алады

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.