

Ev Yapımı Jambalaya

Tavuk, andouille sosisi ve Cajun baharatlarıyla otantik ev yapımı jambalaya tarifi. 60 dakikada hazır tek tencere Louisiana rahat yemeği.

15 min

HAZIRLIK

1h

PIŞIRME

1h 15min

TOPLAM

8

PORSİYON

Easy

ZORLUK



Malzemeler

- 3 yemek kaşığı tuzsuz tereyağ
- 1 libre sosis
- 1 libre jambon
- 3 libre tavuk eti
- 2 defne yaprağı
- 1 bardak domates
- 1 bardak soğan
- 1 bardak kereviz
- 1 bardak dolmalık biber
- 1 bardak bamya
- 1 yemek kaşığı sarımsak
- 2 bardak tavuk suyu
- 1 bardak pirinç
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 çay kaşığı arnavut biberi
- 1 çay kaşığı pul biber

Yapılışı

1 Proteinleri kızartın

Büyük, kalın tabanlı Dutch oven tencerede 3 yemek kaşığı yağı orta-yüksek ateşte parıldayana kadar ısıtın. 3 pound tavuk parçalarını tuz ve karabiberle baharatlayın, sonra her tarafı altın rengi olana kadar kızartın, toplam yaklaşık 6-8 dakika. Bir tabağa alın ve kenara ayırın.

2 Aynı tencereye 1 pound dilimlenmiş andouille sosis ekleyin ve kızarıp hafif çıtır olana kadar pişirin, yaklaşık 4-5 dakika. Tavuklu tabağa alın, eritilmiş yağı tencerede bırakın.

3 Sebzeleri pişirin

Eritilmiş yağa 1 su bardağı doğranmış soğan, 1 su bardağı doğranmış biber ve 1 su bardağı doğranmış kereviz ekleyin. Orta ateşte ara sıra karıştırarak sebzeler yumuşayıp hafif altın rengi olana kadar pişirin, yaklaşık 8-10 dakika.

4 1 su bardağı doğranmış yeşil soğan ekleyin ve kokulu olana kadar 2 dakika pişirin. 1 yemek kaşığı Cajun baharatı, 1 tatlı kaşığı paprika, 1 tatlı kaşığı cayenne biberi ve 1 tatlı kaşığı kekik ekleyip sebzeler eşit şekilde kaplanana kadar karıştırın.

5 Pirinç ve sıvı ekleyin

Tencereye 2 su bardağı uzun taneli beyaz pirinç ekleyin ve sebze karışımıyla kaplanana kadar karıştırın. Pirinç hafif kavrulup kokulu olana kadar 2-3 dakika pişirin.

6 Yavaşça 1 su bardağı tavuk suyu dökün, nazıkçe karıştırarak birleştirin. Kızartılmış tavuk ve sosisi tencereye geri alın, parçaları pirinç karışımına yerleştirin.

7 Jambalaya'yı kaynatın

Karışımı yüksek ateşte kaynama noktasına getirin, sonra derhal ateşi kısın. Kapatıp pirinç yumuşayıp sıvı emilene kadar 20-25 dakika kaynatın, yarı yolda bir kez karıştırın.

8 Dinlendirin ve servis edin

Ateşten alın ve lezzetlerin kaynaşması ve pirincin buharda pişmeyi tamamlaması için kapalı olarak 10 dakika bekletin. Servis etmeden önce tadına bakın ve gerektiğinde tuz, karabiber ve ek Cajun baharatıyla baharatı ayarlayın.

Besin Değerleri

368

KALORI

20g

PROTEIN

35g

KARBONHIDRAT

13g

YAĞ

3g

LİF

4g

ŞEKER

967mg

SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

"Kutsal üçlü" sebzeleri her zaman orta-düşük ateşte yavaşça soteleyin, yanmadan derin, karmaşık lezzetler geliştirin.

Tavuk ve sosisi tencereden çıkarmadan önce iyice kızartın - bu, son yemeğe inanılmaz derinlik katan fond oluşturur.

En iyi doku için ve pişirme sırasında bulamaçlaşmayı önlemek için jasmine veya basmati gibi uzun taneli beyaz pirinç kullanın.

Sıvı eklendikten sonra pirinci çok sık karıştırmayın - bu taneleri kırabilir ve yapışkan bir doku oluşturabilir.

Lezzetlerin kaynaşması ve pirincin biraz sertleşmesi için pişirdikten sonra jambalaya'yı 5-10 dakika dinlendirin.

Cayenne biberi ve jalapeño miktarını kontrol ederek acılık seviyesini ayarlayın - azla başlayın ve damak zevkine göre artırın.

Andouille sosisi bulamazsanız, kielbasa veya herhangi bir kaliteli füme sosis kabul edilebilir bir ikame olur.

Ekstra lezzet için, sıvı eklemeden önce pirinci tencerede 2-3 dakika kavurun - bu ince bir fındıksı tat ekler.