

Plow

Plow ist eine Kategorie von Reisgerichten, die auf besondere Weise mit gebratenem oder gekochtem Hammelfleisch, mit Geflügel oder Fisch, mit Eiern, gekochten oder getrockneten Früchten, Nüssen oder Gemüse zubereitet werden.

Der gewaschene Reis wird **1** Stunde in warmem Wasser zum Quellen eingeweicht und muß dann in einem Sieb abtropfen. Nun kann er auf zwei verschiedene Arten gekocht werden:

Erste Methode: Den gequollenen Reis in kochendes Salzwasser schütten und nicht ganz weich kochen. Die Körner sollen außen schon weich, aber innen noch hart sein. In diesem Augenblick muß der Reis in einem Sieb mit kaltem Wasser abgeschreckt werden. Dann läßt man in einer tiefen Kasserolle einen Teil des Fettes zergehen, gibt den abgetropften Reis dazu, gießt das übrige Fett darüber und wärmt diesen Reis zugedeckt **40** bis **45** Minuten gut durch. Damit der Reis nicht anbrennt, muß der Topfboden mit einer dünnen Schicht Nudelteig bedeckt werden, der dann zusammen mit dem Plow serviert wird.

Zweite Methode: In **1/2** Liter kochendes Salzwasser werden **250** g vorgequollener Reis geschüttet. Ein Teil des zerlassenen Fettes kommt hinzu, und man läßt den Reis auf kleiner Flamme ohne Umrühren kochen. Sobald der Reis das ganze Wasser aufgesaugt hat, wird er mit dem übrigen Fett begossen und muß noch zugedeckt **25** bis **30** Minuten auf kleiner Flamme stehen.

Plow kann entweder mit Butter, mit Schmalz oder auch mit Talg zubereitet werden.