



Pilaf aux pois chiches concassés (Chana ki khubooli)

Préparation : 25 minutes

Cuisson : 1h15

Pour 4 à 6 personnes :

- 350 g de riz basmati
- 100 g de petits pois chiches concassés (chana dal)
- 2 oignons rouges
- 2 gousses d'ail
- 1 càs de jus de citron
- le zeste d'un petit citron
- 6 brins de coriandre fraîche
- 2 piments verts (facultatif - je n'ai pas mis)
- 15 g de gingembre frais
- 1/2 càc de curcuma
- 1 càc de garam masala
- 150 g de yaourt nature entier (type grec)
- 4 càs d'huile
- 1/2 càc de sel

Rincer le riz. Réserver.

Laver le dal. Le mettre à bouillir dans 40 cl d'eau et 1/4 de càc de curcuma. Ecumer si nécessaire et laisser cuire 20 minutes à feu moyen (partiellement couvert). Remuer de temps en temps. Au bout de 20 minutes, il ne devrait plus rester d'eau. Retirer du feu et égoutter si nécessaire.

A l'aide d'une râpe ou d'un mini-hachoir, réduire le gingembre et l'ail en purée.

Couper les oignons en lamelles. Réserver.

Si vous mettez du piment, hacher le finement, ainsi que la coriandre. Réserver.

Dans une poêle, faire chauffer 2 càs d'huile neutre et faire dorer les lamelles d'oignons environ 5 minutes. Réserver sur une assiette.

Dans la même huile, faire revenir à feu très doux la pâte ail/gingembre pendant une trentaine de secondes et ajouter 1/4 de càc de curcuma. Faire revenir 30 secondes sans cesser de remuer.

Ajouter 1 càs de yaourt. Laisser fondre en remuant ; ajouter une cuillère après l'autre jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de yaourt.

Ajouter le dal et le sel. Mélanger et faire revenir 30 secondes. Retirer la poêle du feu.

Préchauffer le four à 180°C.

Porter à ébullition 1,5 litre d'eau dans une grande casserole. Ajouter le riz et laisser bouillir 3 minutes.

Egoutter le riz en gardant 60 cl d'eau de cuisson du riz.

Dans une cocotte en fonte (ou un récipient avec couvercle allant au four), verser l'eau du riz. Etaler la moitié du riz cuit. Répartir le dal par-dessus et recouvrir du riz restant. Parsemer de lamelles d'oignons. Ajouter le jus et le zeste de citron. Arroser de 2 càs d'huile. Terminer par les feuilles de coriandre.

Couvrir et enfourner 30 minutes.

Sortir le plat du four. Mélanger le riz et le dal. Servir bien chaud.