

# Dýňové birjání



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 2h 30min  
Celkový čas: 3h 10min , Porce: 10

3315 kalorií , 21 g cukrů , 154 g tuků , 55 g bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/dynove-birjani>

## Příprava

Šafrán smícháme se 4 lžícemi horké vody a necháme 30 minut odstát. Rýži uvaříme podle návodu. Cibuli nakrájíme na tenké plátky a osmažíme na 100 g oleje. Česnek a zázvor dáme do mixéru a spolu se dvěma lžícemi vody rozmixujeme na pastu. Přidáme k cibuli a smažíme ještě 3 minuty. Přidáme všechno koření, sůl, pepř, nasekanou chilli papričku a šťávu z limetek. Použijeme 3 dýně, každou o váze asi 1 kg. Těm seřízneme vršky a vydlabeme semínka. Do dýní rozdělíme připravenou cibulovou směs, přiklopíme vršky a pečeme 75 minut na 200 °C. Po vychlazení z dýní odebereme cibulovou směs a dáme ji do hrnce. Vmícháme k ní řecký jogurt, většinu nasekané máty a rýži. Ohřejeme a vrátíme do dýní. Nahoru rozdělíme zbylé máslo a zalijeme šafránovou vodou. Opět přiklopíme vršky z dýní a pečeme 1 hodinu na 160 °C. Podáváme celé dýně.



### Tip k receptu

Garama masala je koření, které seženeme v obchodech specializujících se na koření (např. ve stáncích na vánočních trzích) nebo na internetu.

## Ingredience

- ✓ 2 špetky šafránu
- ✓ 500 g cibule
- ✓ 175 g másla
- ✓ 8 stroužků česneku
- ✓ 100 g zázvoru
- ✓ 3/4 lžičky chilli koření
- ✓ 1 lžičku kardamomu
- ✓ 1/2 lžičky muškátového ořechu
- ✓ 3 ks skořice
- ✓ 1 lžičku hřebíčku
- ✓ 3 ks bobkového listu
- ✓ 2 lžičky garam masaly
- ✓ trošku muškátového květu
- ✓ 3 ks limety
- ✓ 1 ks chilli papričky
- ✓ 3 ks dýně
- ✓ 175 g Řeckého jogurtu
- ✓ 450 g rýže Basmati
- ✓ 1/2 lžičky soli
- ✓ 1/2 lžičky pepře
- ✓ 4 lžíce máty peprné

## Kategorie

Halloween, Výjimečný den, Obyčejný den,  
Řecká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně  
náročnější, Zelenina, Hlavní chod

