Maqluba, riz renversé au poulet et aux aubergines

Le riz renversé palestinien : poulet, aubergines et chou-fleur superposés avec du riz aux épices, que l'on retourne sur un plat de service.

6 personnes	30 min préparation	60 min cuisson	90 min au total	difficile niveau

Ingrédients

- 800 g de cuisses de poulet
- 2 aubergines
- 300 g de chou-fleur
- 2 tomates
- 1 oignon
- 350 g de riz long
- 1 c. à soupe de quatre-épices
- 1 c. à café de curcuma
- 2 c. à café de sel
- 600 ml de bouillon de volaille
- 60 ml d'huile
- 40 g de pignons

Préparation

1. Mettre l'oignon dans le bol, puis hacher. Ajouter le poulet, 1 c. à café de sel et 400 ml d'eau, puis cuire.
   20 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse
2. Couper les aubergines et le chou-fleur en tranches et en bouquets, puis les faire dorer à la poêle dans l'huile.
3. Tapisser le fond d'une grande casserole de rondelles de tomates, puis ajouter les aubergines, le chou-fleur et le poulet.
4. Mélanger le riz rincé avec les épices et le sel, le répartir dessus et verser le bouillon chaud.
5. Cuire à couvert 10 minutes à feu vif, puis 25 minutes à feu doux. Laisser reposer 10 minutes.
6. Retourner la casserole sur un plat, parsemer de pignons dorés et servir.

Le conseil de Tiha
Laisse reposer 10 minutes avant de retourner : le gâteau de riz tient mieux.

Conservation : 2 jours au réfrigérateur.