

SALSE E SUGHI

Advieh

LUOGO: *Asia / Iran*

DOSI PER: *1 pezzi* DIFFICOLTÀ: *molto bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*



L'advieh è un mix di spezie facilissimo da fare molto popolare in tutto il Medioriente, in particolare nelle cucine iraniana e iraqena.

Viene solitamente utilizzata come marinata a secco o come condimento per stufati, zuppe, piatti a base di riso, lenticchie e fagioli.

INGREDIENTI

SEMI DI CORIANDOLO 3 cucchiaini da tavola

SEMI DI CUMINO 2 cucchiaini da tavola

CARDAMOMO NERO 1 cucchiaino da tavola

PEPE NERO IN GRANI 1 cucchiaino da tavola

ZENZERO IN POLVERE 2 cucchiaini da tè

NOCE MOSCATA MACINATA 2 cucchiaini da tè

CANNELLA 6 cm

PREPARAZIONE

1 Riunite in un macinino i semi di coriandolo, di cumino, di cardammomo, il pepe nero e la

cannella. Macinate fino ad ottenere una polvere fine.





- 2 Passate le spezie macinate al colino in modo tale da filtrare la polvere dai grumi più grossi non completamente macinati.



- 3 Aggiungete al mix di spezie lo zenzero in polvere e la noce moscata grattugiata, mescolate bene e utilizzate l'advieh per insaporire i vostri piatti.

