



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Kebab con yogurt

Yoğurtlu Kebab



500 gramos carne de res molida  
1 cebolla, de gran tamaño  
500 gramos de yogurt  
5 dientes de ajo  
6 panes planos  
1/3 vaso de aceite vegetal  
6 largo pimientos verdes  
9-10 tallos de perejil  
1 cucharadita de sal  
1/2 cucharadita de pimienta roja triturados  
1 cucharada de pasta de tomate  
1/2 cucharadita de pimienta negro  
2 cucharadas de aceite vegetal

- # Amasar la carne picada, sal, pimienta y negro rallado cebolla durante 10 minutos. El descanso de media hora, la selección de nogal de tamaño de las piezas de relleno. Hacer dedo de la mano en forma de albóndigas.
- # Grill las albóndigas, entre tanto corte el pan en un plano pocas piezas y su lugar en una bandeja.
- # Hacer pasta acuosa, añadir 1 / 3 taza de aceite vegetal y un poco de sal, y cocinar hasta que la pasta de color cambia a un grado.
- # Vierta esta mezcla sobre el piso panes.
- # La libra dientes de ajo con un poco de sal, y mezclar con el yogurt, verter esta mezcla sobre las albóndigas.
- # Ponga 2 cucharadas de aceite en la sartén y añadir pimienta rojo triturado en el mismo, y hacer al rojo vivo. Y luego verter todo el yogurt.
- # Adorne con perejil y servir.

**Nota:** Usted puede cocinar este plato con cubos de cordero, o sin la adición de ajo al yogurt también.