



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Ricette di cucina

Minestrone delle Verdure

Sebze Çorbası



1 carota
1 zucca
1 cipolla
Mezzo mazzo di spinaci
1 patata
4 cucchiaini d'olio vegetale
2 bicchieri di latte
1 bicchierino di tagliatelle d'orzo
1 cucchiaino di sale

- # Si tagliano ; carota, zucca, cipolla e patata, poi poi si bolliscono nell'acqua finché ammorbidono.
- # Tagliatelle d'orzo si bollisce un po'.
- # Gli ingredienti bolliti si fanno miscelare con un miscelatore. (le verdure si fanno passare dal miscelatore insieme dell'acqua di bolimento).
- # Gli ingredienti miscelti si mettono in una ciotola, e sopra si aggiungono latte e tagliatelle d'orzo arrossito nell'olio. Poi l'ultimamente si aggiunge la sale.
- # Poi si regola l'acqua (più o meno si mette 2,5 bicchieri d'acqua).
- # Si fa bollire un po'. E poi si mettono nelle tazze di minestrone e si serviranno caldamente.

Nota: Se vogliono di rimanersi fresco delle verdure, dopo aver arrossito 1 cucchiaio di farina nell'olio, e poi si aggiungono le verdure , e poi si fanno il resto ugualmente.