



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

Calabacín Cocido

Kabak Bastı



1 vaso de garbanzos hervidos
1 kg. calabacín
500 gramos oz cubos de la carne de vacuno
2 cebollas
1/3 vaso de aceite vegetal
1 cucharada de pasta de tomate
1 cucharada de menta seca
Jugo de un limón
1 cucharadita de sal

- # Dice la cebolla, freír hasta que se vuelve rosa.
- # Añadir el cordero en cubos.
- # Cuando el agua se evapora añadir la pasta, cocine hasta que su olor se va.
- # Añadir el calabacín pelados, cocidos de garbanzo y sal en la mezcla con cordero.
- # Por último añadir 2 taza de salsa caliente, cocine hasta suavizar el calabacín.
- # Justo antes de que estén cocidos añadir el jugo de limón y menta y apague la estufa.

Nota: Esta es una comida de Gaziantep región. Usted puede cocinar este plato con membrillo en lugar de calabacín.