



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

---

## Purslane con Carne

### Etli Semizotu



1 kg. purslane  
200 gramos velo cubos  
1 cebolla grande  
1 tomate grande maduro  
2 cucharadas de arroz  
2+1/2 vaso de agua  
1 cucharadita de sal  
1/3 vaso de aceite vegetal  
1 cucharada de pasta de tomate

# Dice la cebolla, asado con petróleo, cuando se vuelve a añadir velo rosa cubos.

# Cuando la salsa se evapora, agregue la pasta de tomate en un primer momento, luego de tomate rallado.  
Cuando el tomate cocido se añaden las purslane.

# Cook la purslane durante 10 minutos sin adición de agua. Añadir el arroz, agua caliente, sal y cocine a fuego mediano durante 20 minutos.

# Servir bien caliente.

**Nota:** Usted puede cocinar en vez de espinacas con purslane mismas medidas. (Si bien las hierbas de cocina, punto de ebullición disminuye el valor alimenticio.)