



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

Chino Borek

Çin Böreği



4 yufkas
2 zanahorias
2 zucchinis
2 puerros
1 pizca de espinacas
7 cucharadas de aceite vegetal
2 cucharadas de salsa de soja
2 piezas de pollo (300 gramos)
1 cucharadita de sal
Aceite vegetal para freír

- # Tajada de los puerros, las zanahorias y zucchinis partido en trozos de tamaño. Si es imposible recortarla en pedazos pequeños puede reja densamente ellos. Rebana finamente la espinaca.
- # Ponga el aceite vegetal en una olla, cuando se convierte en caliente añadir los trozos de pollo que son aberturas en rodajas en la olla.
- # Después de asar el pollo durante 10 minutos, añadir la zanahoria, puerro, calabacín y espinacas en la olla después de la cocción, respectivamente, cada uno durante 5 minutos. (Para hacer la comida más suave que debe cubrir la tapa de la olla después de añadir a cada ingrediente.)
- # Después de cocinar los últimos ingredientes, las espinacas, durante 5 minutos, añadir la salsa de soja y sal en ella, y a su vez del calor. Descanso en la olla durante unos 10-15 minutos con su tapa cubierta en el bote.
- # Cuando el relleno está en reposo, cortar cada Yufka en 8 triángulos iguales (32 piezas en total).
- # Ponga fresco 1 cucharada de relleno en la gran parte del triángulo, doblar los bordes y luego rollo (pero no demasiado rollo firmemente) se orinan en la final del triángulo de palo.
- # Después de la preparación de todos los boreks de la misma manera, freír en aceite caliente con su color rosa. Servir caliente o les caliente.

Nota: Puede agregar 2 tazas de frijoles taza después de cocinar todos los ingredientes.