



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

Guisante negro de ojos con aceite de oliva

Zeytinyağlı Börülce



1 kg. negro de ojos guisante
1 cebolla grande
2 pimientos verdes largos
3/4 vaso de aceite de oliva
1 cucharadita de pimienta pasta
1+1/2 cucharadita de sal
1 vaso de agua caliente
2 azúcares Cube

- # Lavar el negro Eyed Peas, escurrir, cortar la cabeza, cortado en 2 ó 3 piezas.
- # Slice dados o las cebollas.
- # Ponga el negro de ojos de guisantes, cebolla y sal en un recipiente profundo, y amasar hasta que el color negro de la Eyed Peas cambios.
- # Ponga el aceite de oliva en la olla, cuando esté caliente a fuego medio, agregar el pimiento en rodajas y pasta, remover un par de veces.
- # Añadir el amasado en la mezcla de pimientos, asados por 3-4 minutos revolviendo constantemente.
- # Añadir el cubo de azúcar, añadir agua caliente, y cubrir la tapa, cocinar fuego lento durante aproximadamente 35-40 minutos.
- # Se puede servir tibia o fría.

Nota: El aceite de oliva se sirven platos tibia en la región del Egeo.