



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mûtevazî Lezzetler® Les recettes de cuisines

Bourré En Tranche

Dilim Dolma



250 gr. De bœuf haché sans graisse
1 tasse de boulgour fin
1 oignon moyen
4 aubergines moyennes
1 cuillère à café de pâte de piment rouge
2 tomates
1,5 cuillère à thé de sel
Pour la sauce;
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
Jus d'un demi citron
3 tasses d'eau chaude
Pour frire;
De l'huile végétale

- # Épluchez les aubergines en long et laissez attendre dans l'eau salée pendant ½ heure. Puis coupez pour griller. Sortez sur une serviette en papier.
- # Prenez le boulgour dans un bol de pétrissage. Rajoutez un oignon râpé et ½ cuillère à café de sel. Mélangez l'ensemble.
- # Puis rajoutez la viande haché et 1 cuillère à café de pâte de tomate. Pétrissez en mouillant les mains pendant 15 minutes. Prenez des morceaux un peu plus petit que des noix puis formez.
- # Placez la moitié des aubergines dans la casserole, rajoutez les keftas dessus, puis placez les aubergines qui reste, sur les keftas.
- # Placez les tomates coupé en rond. Mettez dans un bol creux, 3 tasses d'eau chaude, de la pâte de tomate, du jus de citron et 1 cuillère à café de sel. Mélangez puis versez sur les keftas.
- # Fermez la casserole, placez à haute température. Baissez la température 5 minutes plus tard. Faites cuire encore 25 minutes puis retirez du feu.
- # Servez chaud.

N-B; Cette recette est de la région d'Elazig qui est sue mais en voie de disparition.