



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

Saklama De Gombo

Bamya Saklaması



½ kg de gombo frais
4 tomates
2 poivron vert
2 gousses d'ail
1 coupe de sucre
1 cuillère à café de sel de citron
2 cuillères à café de sel

- # Nettoyez les gombos en coupant le bout.
- # Mettez dans un bol creux, 1 cuillère à café de sel et du sel de citron.
- # Jetez les gombos dans ce mélange et laissez attendre pendant ½ heure.
- # Épluchez la peau des tomates puis coupez en petit morceaux.
- # Jetez les tomates dans une casserole, rajoutez 1 cuillère à café de sel et de sucre. Laissez cuire à moyenne température jusqu'à que les tomates absorbent leur liquide.
- # Sortez les gombos qui sont dans l'eau puis laissez dans le filtre pendant 5 minutes.
- # Rajoutez les tomates bouillies, puis les piments coupés et les ails hachés.
- # Laissez cuire les gombos jusqu'à qu'ils soient légèrement jaune. (10 minutes)
- # Remplissez dans un pot dès que vous avez retiré du feu. Fermez le couvercle serrement puis tournez à l'envers.
- # Vous pouvez conserver à température ambiante pendant environ 1 an.

N-B; Vous pouvez rajouter du citron dans l'eau d'attente. Cette manipulation permet au gombo de s'étirer.