



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Insalata del Cavolo Rosso

Kara Lahana Salatası



1 cavolo rosso
Mezzo bicchieri di mais bollito
4 pepe rosse
4 spicchi aglio
3 cucchiaini olio d'oliva
1 cucchiaio di aceto
1 cucchiaino di sale

Il cavolo rosso si bolisce.

E le pepe rosse si arrossiscono. Arrossimento si può fare tramite con la macchina di tostapane.

E il cavolo rosso si taglia come la grandezza di 1 dito.

E si tolgono i semi delle pepe e si tagliano le stesse grandezze come del cavolo.

Si mettono in una ciotola in fondo; cavolo rosso, pepe, aglio pestato, mais bollito, olio d'oliva, aceto e sale, e si mescolano bene.

E si mette nella piastra da servire, anche questa insalata durante farsi aspettare prende il gusto.

Nota: Insalata del cavolo rosso è una ricetta della zona del Mar Nero.