



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

Fagioli Freschi con Olio d'oliva nella pentola a Pressione

Düdüklüde Zeytinyağlı Taze Fasulye



1,5 kg di fagioli freschi
2 cipolle secche
4 pomodori
5 pepe italiane
2 spicchi d'aglio
1,5 bicchierini olio d'oliva
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di zucchero in polvere
Per la sopra;
8 - 10 rami di prezzemolo

- # Le fagioli si tagliano come volendo. Si macinano in fine cipolle ed aglio. Si levano i semi delle pepe e si tagliano in grosso.
- # Poi tutti i materiali preparati si mettono nella pentola a pressione e sopra si pizzicano sale e zucchero. Si cucina finché i fagioli diventano morbidi.
- # Sopra si aggiungono i pomodori tagliati e non si mescola.
- # L'ultima si aggiunge olio d'oliva e poi si coperta il coperchio di pentola.
- # Pentola si mette sul fuoco alto. Poi si regola a basso e si cucina ancora per 7 minuti.
- # Dopo aver cucinato si lascia a fredare dentro della pentola e poi si prende nel piatto servire. Sopra si pizzica prezzemolo macinato in fine e si porta al tavolo.

Nota: Schiacciamento dei fagioli freschi prima di cucinare serve per prendersi tutti i gusti degli altri materiali.