



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

Pasta D'Egeo con Zucca

Kabaklı Ege Makarnası



3 b zucche
2 pepe rossse
2 pepe italiane
2 pomodori
3 spicchi d'aglio
4 cucchiari olio d'olive
1 cucchiaino di pepenero
1,5 cucchiaini di sale
1 pacco di pasta

- # Le zucche si sbuciano e si tagliano a lunghezza di righello . e si levano i semi delle pepere poi si tagliano in due.
- # Zucche e pepe si cucinano nella macchina di toast poi si tagliano a dimensione di fiammifero.
- # Nella pentola si mettono aglio macinato in fine, olio d'oliva dopo aver riscaldato si aggiungono zucche e pepe tagliate e si fanno mescolare per qualche volta.
- # Sopra si aggiungono pomodori sbucciati tagliati in fine , pepenero e sale. Si cucinano anche pomodori si cambiano i colori.
- # In un'altra pentola pasta si bolle nell'acqua salata circa 10 - 12 minuti e poi si filtra e si riprende nella pentola.
- # Sopra di pasta si svuota la miscelata preparata e si cucina ancora con mescolare circa 1- 2 minuti . Si leva dal fuoco e si serve in caldo.

Nota: Zucche e pepe si possono arrossire anche in una padella pressurata.