



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

Polpetta al Semolino

İrmikli Köfte



Mezzo kg. di carne macinata
1 bicchierino di semolino
1 bicchierino di yogurt
1 cipolla media
3 spicchi d'aglio
1 cucchiaino di cumino
1 cucchiaino di sale
Mezzo cucchiaino di pepenero

- # Dopo aver grattugito la cipolla alla sopra si aggiungono semolino e yogurt poi si miscelano bene e si lascia ad una parte circa per 10 minuti.
- # Alla sopra di miscelata si aggiungono carne macinata, pepenero cumino. Poi qaglio si pesta bene e si aggiunge nella miscelata.
- # Dopo aver impastato la miscelata di polpetta si coperta la sopra e si lascia a riposare circa 1 ora nella parte inferiore di frigorifero.
- # Dopo aver tolto dallo frigo si prendono i pezzi dalla polpetta dimensione di una noce, prima si fanno rotondi poi si schiacciano non tanto interno con le mani.
- # Poi si arrossiscono tutte le parte delle polpette nella padella a pressione oliata. per levarsi olio in più le polpette arrossite si prendono sopra tavoglioli di carta.
- # Questa polpetta si servirsi in caldo insieme pilaf o pasta.

Nota: Yogurt serve gonfiarsi e rimanere morbido di semolino.