



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

---

## Polpetta alla Griglia

Cızbız Köfte



250 gr. carne macinata di vitello  
250 gr. carne macinata di pecora  
2 fetti interno di pane raffermo  
1 cipolla secca  
1 bicchierino di carbonato  
1 cucchiaino di sale  
1 cucchiaino di pepenero

- # La cipolla si grattugia e sopra si aggiungono pane raffermo e carbonata. Poi si impastano finchè il pane cambia il modo.
- # Alla sopra si aggiungono le carne macinate e pepenero e sale. Poi si impastano circa 10 minuti.
- # Poi la miscelata preparata si coperta con nailone e poi si mette parte inferiore di frigorifero e si aspetatat per una notte.
- # Il girono dopo si prendono i pezzi grandezza di noce e poi si fanno le polpette rotonde e piatte .
- # Le polpetta grigliata si arrosisce nella padella oppure sulla griglia.
- # Si servirsi con qualsiasi garniture.

Nota: Secondo delle diverse ricette si può aggiungere anche carne macinata di tacchino.