



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

Polpetta di Smirne

İzmir Köfte



750 gr. carne macinata per la polpetta
3 fetti interno di pane raffermo
1 cipolla secca
1 uova
Mezzo mazzetto di prezzemolo
1 cucchiaino di sale
Mezzo cucchiaino di pepenero
Per la salsa;
4 pomodori
mezzo cucchiaio di salsa
Mezzo bicchiere d'acqua
Mezzo cucchiaino di sale
2 cucchiai d'olio vegetale

- # I pezzi di pane si prendono e si mettono nella ciotola da impastare alla sopra si aggiungono cipolla e uova , sale e pepenero .
- # Si impastano finchè i pane si ammorbidiscono .
- # Poi si aggiunge la carne macinata e si continua a d impastare 8 - 10 minuti e poi si aggiunge prezzemolo macinato. E poi si met enello frigo .
- # In questo momento siu grattugiano i pomodori e si fanno passare dal filtro e si levano i semi.
- # Poi i pomodori si mettono nella ciotola ed alla sopra si mettono salsa, acqua ed olio vegetale e si mette sul fuoco circa 10 minuti . Poi si leva dal fuoco.
- # Poi la miscelata di polpetta si leva dallo frigo , poi si prendono i pezzi dimensione di noce e si fanno le polpette dimensione di dito.
- # Poi le polpette si filano sulla griglia e si cucinano .
- # Le polpette cucinate si mettono nella salsa calda e si mette sul fuoco e si cucina circa 5 - 7 minuti.
- # Si mettono nei piatti da servire ed alla sopra si mette la salsa calda.

Nota: Nella ricetta originale le polpette si arrossiscono con burro.