



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

Uova con Spinace

Ispanaklı Yumurta



Mezzo kg. di spinaci
1 cipolla secca
1 tazza d'olio vegetale
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di peperoncino rosso
4 uova

- # Spinaci dopo aver lavato bene si filtra dell'acqua e si macina bene.
- # Dopo aver messo l'olio in un pentola poi sopra si aggiungono pomodori tagliati per mangiare e spinaci macinati. E poi si aggiunge un pò di sale.
- # Si chiude il coperchio della pentola e si cucina con vapore stesso senza aggiungere l'acqua.
- # Dopo averli cucinati le spinaci si aprono i spazi in mezzo con il cucchiaio (secondo delle quantità delle uova).
- # In questi spazi che sono aperti si rompono le uova.
- # Si sprutta il peperoncino sopra delle parte gialle delle uova.
- # Le uova si cucinano finché diventano cucinate.
- # E si servira caldo.

Nota: Questa ricetta si può prepararsi ugualmente con usare cavolo.