



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

Fetta Riempita

Dilim Dolma



250 gr. Di carne macinata
1 bicchiere di bulgur
1 cipolla
4 mrlanzane
1 cucchiaino salsa di pepe
2 pomodori
1,5 cucchiaini di sale
Per il sugo;
1 cucchiaio salsa di pomodoro
Mezzo succo di limone
3 cucchiai d'acqua calda
Per friggere;
Olio vegetale

Primamente si sbucciano le melanzane e poi si mettono nell'acqua salata che si fanno aspettare circa circa mezz'oretta poi si tagliano per friggere e si friggono e poi si mettono sulla carta.

Bulgur si mette nella ciotola da impastare alla sopra si aggiungono cipolla tagliata e mezzo cucchiaino di sale poi si impastano.

Poi nella miscelata preparata si aggiungono carne macinata insieme un cucchiaino di salsa di pepe. Si continua ad impastare ancora per 15 minuti e poi dalla miscele HD polpetta prendono i pezzi dimensioni di noce.

Le melanzane arrostiti la metà delle melanzane arrostiti si mettono nella pentola poi alla sopra si aggiungono le polpette alle sopra delle polpette si aggiungono l'altra metà delle melanzane arrostiti.

Palla sopra si aggiungono i pomodori tagliati in rotonde poi in una ciotola profonda si aggiungono 3 bicchieri d'acqua calda salsa di pomodoro succo di limone e un cucchiaino di sale poi si mescolano bene e si svuotano sopra delle polpette.

Poi si coperta alla coperta di pentola e si mette sul fuoco si continua per 25 minuti a cucinare e poi si leva dal fuoco.

Si servirsi in caldo.

Nota: Questa ricetta riservata alla zona di Elazig però quasi dimenticata una ricetta di polpetta perfetta.