



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

Polpetta al Cerchio

Halka Köfte



Mezzo kg di spinaci
Mezzo kg di carne macinata per la polpetta
1 cipolla
1 patata
3 pezzi interno di pane raffermo
Mezzo mazzetto di prezzemolo
1 cucchiaino di cumino
1 cucchiaino di pepe nero
1,5 cucchiaini di sale
Per la sopra;
6 uova
1 bicchierino d'olio vegetale
1 cucchiaio di salsa
2 bicchierini d'acqua calda
Mezzo cucchiaino di pepe nero
Mezzo cucchiaino di sale

Nella ciotola da impastare si mettono la cipolla grattugiata, patata grattugiata e interno di pane raffermo poi questi materiali si miscelano bene finché diventa un impasto omogeneo.

Sulla sopra di miscelata preparata si aggiungono carne macinata cumino sale pepe nero e si continua ad impastare ancora per 5 minuti poi si aggiunge prezzemolo macinato infine e si continua ad impastare ancora per un minuto.

Poi l'impasto di polpetta preparata si mette per riposare nella parte inferiore del frigo per mezz'oretta.

In questo momento si lavano gli spinaci e si filtra l'acqua e poi si tagliano ingrosso. Poi si mettono in un vassoio che si cucina la polpetta.

Poi l'impasto di polpetta riposato si taglia 6 pezzi uguali e poi ogni pezzo si fa figura del bastone e poi si rotolano come ciambelle.

Poi tutte le polpette preparate si mettono sopra daily spinaci nel vassoio e in mezzo ci mettono le uova.

Poi alla sopra si aggiunge la miscelata preparata ad olio vegetale salsa Acquacalda pepe nero e sale.

Poi il vassoio si inserisce nel forno preriscaldato a 195 gradi si cucina finché ben cucinano le uova.

Nota: Polpetta di ciambelle si possono preparare anche senza usare uova.