



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

Polpetta di Bulgur Rotolamento

Bulgurlu Bükme Köfte



250 gr. carne macinate di vitello
2 fetti di pane raffermo
1 cipolla
1 cucchiaino di carbonato
1 cucchiaino di cumino
1 cucchiaino di peperoncino a rosso
1 cucchiaino di pepe nero
2 cucchiaini di sale
Per interno ;
250 grammi carne macinata di vitello
1 bicchierino di bulgur fine
1 cipolla piccola
1 manciata di noce o piatocchi
1 cucchiaino di pepe nero
1 cucchiaino di sale
4 cucchiaini d'olio vegetale

Primamente preparano i materiali di polpetta per questo nella ciotola da impastare si mettono cipolla grattugiato insieme con pane raffermo e si miscelano bene.

Sopra di questa materiale si aggiungono carne macinata, peperoncino a rosso, pepe nero carbonato, cumino e sale poi si miscelano bene tutti i materiali dopo l'impasto di polpetta preparato si mette nella parte inferiore dello frigo per riposare circa un'oretta.

In questo momento preparano i materiali interno della polpetta per questo nella padella si mettono olio vegetale e dopo aver riscaldata aggiungono cipolla macinata si arrossiscono finche diventano trasparente.

Sopra di questo si aggiunge carne macinata dopo aver succhiato liquido poi bulgur fine pepe nero, sale e pistacchi si rimiscelano si coperta il coperchio si lascia a freddare.

Poi foglio alluminio si mette sul tavolo e l'impasto di polpetta riposato si mette bene di rettangolo sul foglio alluminio e si apre dimensione larghezza di 1 cm.

Poi alla sopra di polpetta si mette la miscelata preparata con bulgur dopo si fa il rullo e si chiude bene foglio alluminio.

Poi la polpetta preparata cucina nel forno riscaldata a 190 gradi circa per mezz'oretta.

Si servirsi in caldo dopo aver tolto dal forno, in fettate.

Nota: Preferisce di tagliare insieme con foglio alluminio.