



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

Polpetta alla Cipolla

Soğanlı Köfte



Mezzo kg.di carne macinata
1 , 5 bicchierini di riso
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di pepe nero
In quantità di farina
Per la miscelata
4 cipolla
8 cucchiari d'olio vegetale
1 , 5 cucchiari di salsa
1 cucchiaino di sale
3 bicchieri d'acqua
2 cucchiari d'aceto

- # Riso si lava e filtra poi si mette in una ciotola profonda alla sopra si aggiungono 5 bicchierini d'acqua poi si mette sopra al fuoco basso.
- # Poi il riso si cucina finché succhia tutta l'acqua.
- # Poi si leva dal fuoco e si lascia a freddare.
- # Nella ciotola da miscelare si mettono riso, carne macinata bollita, sale e pepe nero.
- # Poi si aggiunge la pangrattato finché per avere un impasto che non si pica nelle mani dura quasi 5 minuti.
- # Poi dalla miscelata preparata prendono i pezzi dimensioni di noce si rotolano con le mani poi si schiaccia ma che si fanno così le polpette poi le polpette preparate si mettono nella parte inferiore dello frigo per rimangono circa per mezz'oretta.
- # Poi le polpette preparata si arrossiscono nella padella oliata.
- # In un'altra ciotola si mette olio vegetale e dopo aver riscalda tu si aggiungono le cipolle tagliate in rotonde e si arrossiscono dopo che hanno cambiato i colori si aggiungono salsa e sale e si continua ad arrossire finché via il pudore di salsa.
- # Poi alla sopra si aggiunge l'acqua dopo aver bollito l'acqua si mettono le polpette e insieme si cucina circa per 10 minuti ultimamente si aggiunge aceto e si miscelano senza cambiare le figure delle polpette. E dopo 2 minuti si leva dal fuoco.

Nota: Aceto da il gusto ed ammorbidita nelle ricette che si preparano con le carne.