



Polpetta di Contentino

Tiritli Köfte



Mezza kg. carne macinato di vitello (tagliato in dado)
200 gr. di carne macinata di vitello
1 bicchiere di buon corsi ne
1 cipolla
1 bicchiere di noce
Mezzo cucchiaio salsa di pomodoro
1 cucchiaio salsa di pepe
4 cucchiali olio vegetale
Mezzo cucchiaiino di pepe nero
1 , 5 cucchiaini di sale
4 bicchieri d'acqua o brodo

Bulgur fine e un bicchiere d'acqua si miscelano circa per 10 minuti poi si aggiunge mezzo cucchiaiino di sale

mezzo cucchiaiino di pepe nero e carne macinata di vitello poi si continuano a miscelare cerca per 10 minuti.

Poi dalla miscelata di polpetta preparata si prendono i pezzi dimensione di noce rotolano poi si filano nel piatto da servire dopo questo piatto si mette nella parte inferiore dello frigo.

Poi in un'altra pentola si mette olio vegetale insieme con carne tagliato in dado si cucinano sul fuoco medio finche lascia il liquido e risucchia.

Sopra si mette salsa di pepe ,salsa di pomodoro e cipolle tagliate fine quando le cipolle diventano trasparente si aggiungono ceci bolliti insieme un cucchiaiino di sale e 4 bicchieri d'acqua o brodo.

L'acqua o brodo quando arriva al momento di bollimento le polpette si mettono dentro e non si miscela perchè per non deformarsi le polpette.

Si cucinano sul fuoco medio circa per 10 minuti e dopo si leva dal fuoco e servisi in caldo.

Nota: Le polpette che si preparano con bulgur e quando si miscelano con l'acqua si possono deformare per eliminare quella si servirsi subito primo dal servizio.