



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

Stufato di Pollo con Fagioli

Fasulyeli Tavuk Güveci



Mezzo kg. carne di pollo tagliato in cubo
Mezzo kg. di fagioli freschi
2 cipolle
4 pomodori
4 pepe di charleston
10 cucchiaini d'olio vegetale
1,5 cucchiaini di sale

- # I fagioli si lavano e si tagliano in fine poi 1 cipolla si taglia in fine altra cipolla si taglia in rotonde . Si levano i semi di pepe e si tagliano dimensione di dito.
- # Poi i materiali preparati si miscelano in sime con 1 cucchiaino di sale poi si aggiunge carne di pollo.
- # Poi stufato reparato da terra si olia con 2 cucchiaini d'olio. Poi si mette la miscelata preparata ed alla sopra si mette 2 cucchiaini d'olio.
- # Alla sopra si mette pomodoro tagliato in rotondo e si pizzica mezzo cucchiaino di sale.
- # Sopra di stufato si coperta bene se non c'è coperchio si coperta con foglio alluminio.
- # Stufato preprato prima si mette sul fuoco alto quando il calore arriva al coperchio si regola a medio e si cucina circa per 2 ore.
- # Si miscela nel momento di servirsi e si porta al tavolo.

Nota: Se il pomodoro non si occorre tanto liquido si può aggiungere mezzo bicchiere d'acqua calda.