



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

Zucca al Pomodoro

Domatesli Kabak



Un kg. di zucca
4 pomodori
4 pepe italiane
2 cipolle
1, 5 cucchiaini di sale
1 bicchiere d'olio vegetale

- # Si bucciano netbook e poi si tagliano dimensioni di due dito la cipolla si taglia infine e se ne vanno i semi delle pepe. Dopo se bucciano i pomodori e si tagliano in mezzo rotondo.
- # Cipolla si miscela con sale finchè diventa morbida poi pepe tagliate e di pomodori miscelano.
- # Le su che si mette nella pentola alla sopra siamo aggiunge la miscela tatti cipolla poi si aggiunge olio vegetale dopo si coperta il coperchio di pentola.
- # Si cucina per 5 minuti sono fuoco alto dopo si continua a cucinare circa per 35 minuti solo fuoco passo in totale si cucina per 40 minuti.
- # Si porta al tavolo fresco o caldo.

Nota: In questa ricetta non si aggiunge l'acqua perchè già liquido di zucca.