



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

Patata alla Lenticchie

Mercimekli Patates



6 patate
Un bicchiere di lenticchie verde
Una cipolla
Un cucchiaino salsa di pomodoro
Due pepe italiane
4 bicchieri d'acqua
1,5 bicchierini olio di girasole
Un cucchiaino di sale

- # Una notte prima si lavano le lenticchie poi si bagnano insieme con 4 bicchieri d'acqua il giorno dopo si bollisce con l'acqua se stessa finché diventano morbide.
- # La cipolla si taglia infine poi si arrossisce finché cambia il colore insieme con una, 5 bicchieri di olio girasole.
- # Alla sopra si aggiungono salsa e pepe tagliate infine si arrossiscono finché le pepe aggiunte diventano morbide poi si aggiungono lenticchie bollite e sale si cucinano circa per 5 minuti poi si leva dal fuoco.
- # Poi le patate si lavano e si sbucciano poi si tagliano in forma di mezzo Rotondo dopo si mettono in una pentola grossa alla sopra si aggiunge la miscelata di lenticchie.
- # Poi ricoperta il coperchio di pentola e si inserisce sul fuoco medio e si cucina cerca per mezz'oretta.
- # Si porta al tavolo in caldo.

Nota: Nel momento di bollimento lenticchie verde se sopraggiunge un cucchiaino di cumino si può eliminare il gas che sta nello stomaco.