



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

---

## Insalata di Fagioli con Riso

Pirinçli Fasulye Piyazı



1,5 bicchieri di fagioli  
1 bicchierino di riso  
3 pomodori  
3 cipolle  
3 spicchi d'aglio  
5 cucchiaini olio d'oliva  
3 cucchiaini di sale  
Mezzo succo di limone  
3 cucchiaini d'aceto  
Per la sopra;  
6 – 7 rami di prezzemolo

# Fagioli si bagna una notte prima. Il giorno dopo si bolisce con l'acqua di bagnata. Poi il riso si lava bene ed alla sopra si mette 2 bicchierini d'acqua. Poi si aggiungono 1 cucchiaino di sale e 1 cucchiaino olio d'oliva dopo si si cucina finché il riso si succhia il liquido.

# Due cipolle si tagliano infine poi si mettono in una pentola alla sopra si aggiungono due cucchiaini olio d'oliva e un cucchiaino di sale si arrossiscono finché le cipolle diventano gialle.

# Alla sopra si aggiungonole pepe tagliate in fine ed olio si arrossiscono finché le pepe cambiano il colore.

# Poi una cipolla e si taglia in rotonda e poi si schiaccia bene con un cucchiaino di sale poi i pomodori si tagliano incubo.

# Tutti i materiali preparati si mettono in una ciotola grossa alla sopra si aggiungono succo di limone aceto e un cucchiaino olio di olive poi si miscelano.

# Dopo aver miscolato si prende nel piatto da servire alla sopra si pizzicano prezzemolo macinato.

**Nota:** Si preferisce di prepararsi due ore prima dal servizio così si miscelano bene tutti i materiali e possiamo avere il gusto delizioso.