



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

---

## Ripieno di Pomodoro al Purè

Püreli Domates Dolması



16 pomodori  
2 patate  
1 bicchierino di latte  
1 bicchierino di olio di girasole  
5 cipolle fresche  
Mezzo mazzetto di prezzemolo  
10-15 foglie di menta  
1 cucchiaino di pepe nero  
1 cucchiaino di sale  
Per la sopra;  
Mezzo bicchiere di pangrattato  
Mezzo bicchierino olio di girasole

- # Primamente dalla parte bassa dei pomodori si tagliano i pezzi di 1 cm per usare come il coperchio.
- # Le patate bollite se grattugia no alla sopra si aggiungono mezzo bicchierino d'Oglio e mezzo bicchiere di latte si miscelano con la forchetta.
- # Dopo aver succhiato latte ed olio se aggiungono l'altra metà d'olio e 16 Casale si continua a pestare finché arriva alla coerenza di purè.
- # Sopra di purè si aggiungono prezzemolo macinato menta fresca cipolle fresche formaggio pestato e pepe nero si miscelano.
- # I pomodori se Silano nel vassoio del forno e di interno riempi ce con la miscela ta preparata alla sopra se pizzica pangrattato e poi si rimettono i pezzi tagliati per il coperchio.
- # Ripieni preparati si inseriscono nel forno riscaldato a 190 gradi si cucinano finché diventano morbidi bene i pomodori.
- # Servirsi in caldo.

**Nota:** Ripieno di pomodoro al pure ed una ricetta dalla cucina Italiana.