



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

Kebab dell'Erba

Çimen Kebabı



1 mazzo di spinaci
250 gr. carne di manzo
3 cucchiaini olio vegetale
1 tazza di latte
1 cipolla piccola secca
2 cucchiaini di yogurt
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di pepenero

Yogurt si miscela con la cipolla trattugiato. Sopra si aggiunge la carne di manzo tagliato come la grandezza di dado, e si inserisce nello frigo e si lascia per riposare minimo per 1 ora.

Spinaci si bolliscono nell'acqua poca, si filtrano dall'acqua e si inseriscono in una ciotola, sopra si aggiungono latte e olio, e si fa girare sul fuoco basso per 5- 10 minuti. E si aggiunge sale.

Carne riposata si arrossisce in una tavola con 2 cucchiaini d'olio, il momento vicino di cucinamento si aggiungono sale e pepenero.

Questa kebab si prepara in due porzione e per questo la metà si mette nel piatto da servire, sopra si mette la metà dei spianaci e si copre come non vedersi la carne.

Si farsi servizio a caldo.

Nota: Significativo di marinat è condito, cioè il nome generale delle operazioni che si fa sul carne per farsi morbido e gusto.