



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

Fava con Aglio

Sarımsaklı Bakla



1 kg di fave fresche
2 cipolle
1 aglio
300 gr carne macinate
2 pomodori
1 cucchiaino salsa di pomodoro
1 bicchierino olio vegetale
1 cucchiaino di pepe rosso in polvere
1 cucchiaino di sale
1 bicchierino olio vegetale
2 bicchieri d'acqua
Mezzo mazzetto di aneto

Nella pentola si mette olio dopo aver riscaldato si aggiunge carne macinata e si miscela sempre.
Dopo quarto d'ora alla sopra e si aggiungono le cipolle tagliate infine poi si coperta il coperchio e si cucina finché diventa morbida.
Dopo si aggiunge la salsa e se miscela per un po' poi si aggiungono i pomodori tagliati e si continua a cucinare finché i pomodori cambiano le forme.
Dopo si aggiungono le fave lavate e tagliate insieme con pepe sale ed aglio poi il coperchio di pentola si coperta e si lascia a cucinare con vapore di sestessa per 10 minuti.
Dopo 10 minuti si aggiungono l'acqua calda ed aneto poi ricoperta il coperchio e si cucina ancora per mezz'ora.
Servirsi in caldo.

Nota: Per non cambiare il colore di fava si può aspettare nell'acqua limonata. E per cucinare presto inon si preferisce d'aggiungere l'acqua subito.