



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

---

## Padella d'Ankara

Ankara Tava



750 gr di bistecca  
3 bicchieri di riso  
1 cipolla  
1 bicchierino olio vegetale  
1 cucchiaino di pepe nero  
1,5 cucchiaini di sale  
5 bicchieri di brodo

- # Cipolla si arrossisce bene nell'olio. Ala sopra si mettono bistecchi.
- # Dopo 5 minuti si girano i bistecchi. Aa sopra si aggiunge burro e si coerta il coperchio si cucina cosi sul fuoco medio circa per 15 minuti.
- # Poi i bistecchi si filano nel vassaio de forno. Cipolla ed olio dentro di pentola si mette sopra di bistecche. Aalla sopra si pizzicano sale e pepe nero.
- # Alla sopra si aggiunge riao filtrato. Poi si aggiunge ancora sale e poi si mette brodo .
- # Sopra di vassaio si coperta con foglio allumunio.
- # Poi il vassaio si inserisce nel forno riscaldato a 180 gradi e si cucina minimo per mezz'ora. Dopo si leva dal foeno e ai lascia a freddare circa per mezz'ora senza aprire il foglio allumunio.
- # Servirai in caldo.

**Nota:** Questa ricetta si è preparata secondo delle azona di Kizilcahamam