



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

Polpetta Schiaggiata

Sıkma Köfte



500 gr. carne macinata per la polpetta
1 tazza di farina
1 uova
1 cipoll secca
1 cucchiaino pepenero
1 cucchiaino carbonato
1 tazza di yogurt
2 bicchieri di brodi
1 bicchierino olio vegetale
1 cucchiaino di peperoncino rosso
2 cucchiaini sale

- # S'impastano per 10 - 15 minuti bene carne macinata, farina, uova, cipolla trattugiata, pepenero, carbonato e sale .
- # Si prendono i pezzi fini e lunghi come dito.
- # Le polpette prima si arrossiscono nell'olio .
- # Poi si bolliscono nell'acqua di brodo per 30 - 35 minuti.
- # Poi le polpette si prendono nel piatto.
- # E sopra si mettono yogurt e peperoncino con olio riscaldato.

Nota: Le polpette per il posto di arrossimento si possono cucinare nel forno anche, poi si bolliscono ugualmente.