



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

---

## Insalata di Ulubu

Ülübü Salatası



1 bicchiere di fagiolone  
1,5 bicchieri di tahini  
1 bicchierino d'acqua calda  
3 cucchiaini di sottaceto  
1 cipolla  
3 foglie di lattuga  
1 cucchiaino di sale  
Per la sopra;  
2uove bollite  
2 cucchiaini liquido di melagrano

# Fagiolone si bolisce e poi si filtra e si lascia a freddare.  
# Si miscelano tahini acqua calda e sottaceto.  
# Lattuga si macina bene. Cipolla si taglia in mezzo rotonde e si schiaccia con sale.  
# Metà di borulce si mette nel piatto da servire poi alla sopra si mette metà miscelata di tahini.  
# Dopo lattuga e cipolla si inseriscono una sopra l'altra. Dopo l'altra metà di borulce si mette poi alla sopra si rimette ultima metà di tahini.  
# Si sbuciano le uove ppi si tagliano in 4 pezzi e dopo si lasciano sopra di insalata.  
# Ultimamente alla sopra si mette succo di melagrano e si porta al tavolo.

Nota: Insalata di ulubu è riservata la zona di Antalya e prepara con famosa tahini di Antalya.