



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

Polpetta Gindik

Gindik Köfte



Per la miscelata di carne macinata;

400 gr di carne macinata

1 cipolla

1 cucchiaio salsa di pepe

1 cucchiaino di basilico secco

1 cucchiaino di menta secca

1 cucchiaino di sale

Per la miscelata di polpetta;

1 bicchiere di bulgur fine

1 cipolla

1 bicchiere di farina

1 cucchiaio salsa di pepe

1 cucchiaino di basilico secco

1 cucchiaino di menta secca

1 cucchiaino di sale

Per liquido;

1 cucchiaio di salsa

1 cucchiaio di burro

5 bicchieri d'acqua

1 cucchiaino di peperoncino a rosso

1 cucchiaino di pepe nero

1 cucchiaino sale di limone

1 cucchiaino di sale

1 tazza di ceci

Prima inizia alla preparazione di polpette. Bulgur si aspetta nell'acqua fresca circa per 10 minuti insieme con cipolla grattugiata.

Dopo si aggiungono salsa di pepe basilico menta sale e si miscelano poi si aggiunge piano piano la farina e si inizia impastare.

Poi dal impasto di polpette si prendono i pezzi grandezza di ceci si rotolano e si mettono nel vassoio Farinato.

Dopo si prepara la polpetta di carne macinata. Nella carne macinata si aggiungo gli altri materiali e si impastano bene . Si rotola ugualmente come prima si inseriscono insieme nel vassoio farinato.

Nella padella si mette un cucchiaio di burro e dopo aver riscaldato si aggiungono le polpette di carne macinata che si arrossiscono.

In un'altra pentola si mettono un cucchiaio di burro insieme con salsa di pomodoro e si arrossisce circa per qualche minuti.

Alla sopra si aggiungono l'acqua calda sale pepe nero peperoncino a rosso e sale di limone.

Quando l'acqua inizia a bollire le polpette farina te si buttano dentro l'acqua e si cucinano circa per 10 minuti.

Dopo si aggiungono le polpette arrostiti insieme con olio e si aggiunge ceci bolliti poi si continua a cucinare circa per 10 minuti.

Servirsi in caldo.

Nota: Polpetta Gindik è una ricetta della zona di Elazığ. Gindik significa pallina, rotono, rotolato.