



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

---

## Pasta con Schiacciamento di Legumi

Bakla Ezmeli Makarna



1 pacco di pasta  
1 tazza di legumi  
2 pomodori  
3 spicchi d'aglio  
1 cucchiaio di burro  
5 cucchiaini d'olio vegetale  
1 cucchiaino di pepe nero  
1 cucchiaino di sale  
5-6 prezzemolo

- # Legumi che si bagnano da una notte prima il giorno dopo si bolliscono affinché cambiano le forme.
- # Nella pentola si mettono a 5 bicchieri d'acqua insieme con sale quando arriva al momento di bollire si aggiungono le paste insieme con oli vegetali si bolliscono circa per 12 minuti.
- # In questo momento i pomodori si tagliano insieme aglio si pesca.
- # Il burro si mette nella padella poi si aggiungono pomodori ed aglio.
- # Quando i pomodori iniziano a cambiare i colori si aggiungono legumi pepe nero e sale.
- # La miscelata si cucina ancora per 5 minuti dopo si aggiungono le paste.
- # Dopo si lascia riposare circa per 10 minuti senza aprire il coperchio.
- # Nel momento di servirsi si può figurare con prezzemolo macinato.

**Nota:** La stessa ricetta si può preparare anche con ceci.