



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

Polpetta con Melanzana

Patlıcanlı Köfte



500 gr. carne macinate per la polpetta
1 cipolla secca grande
Interno di 3 fetti pane raffermo
1 cucchiaino di latte
1,5 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di cumino
1 cucchiaino di pepenero
8 - 10 rami di prezzemolo
1 uova
5 melanzane medie
1 bicchiere olio d'arrosimento
1 tazza yogurt
4 spicchi d'aglio
2 pomodori

Si mettono nella ciotola d'impastimento interno di pane raffermo, uova, formaggio grattugiato, latte e poi si miscelano bene.

Poi sopra si aggiungono carne macinata, sale, cumino, pepenero, rami macinati di prezzemolo e poi s'impastano per 10 minuti e dopo si inserisce nello frigo a riposare.

Dopo averli sbucciati le melanzane si fanno aspettarsi per mezz'ora nella acqua salta per farsi perdere la piccante.

Ogni melanzane si taglia la lunghezza come righello e si taglia in 5 pezzi e si arrossisce nell'olio.

Dopo averli riposati l'impasto di polpetta si divide in 25 pezzi uguali e ogni pezzo si rotonda come la figura di dito.

Le polpette si arrossiscono nel olio che rimasto dall'arrossimento delle melanzane.

Nei fianchi delle melanzane si mettono le polpette arrossite, e si fa come rullo le polpette rimangono nella parte interna.

Le melanzane poi si mettono in un vassoio medio grandezza, sopra si mettono i pezzi tagliati e sbucciati dei pomodori.

Si cucinano nel forno riscaldato a 190 gradi finché cambiano i colori dei pomodori.

Si prendono nel piatto da servire, sopra si mettono yogurt con aglio.

Nota: Per essere sano delle polpette, le melanzane si arrossiscono sulla griglia e poi si fa il rullo. Se così allora nel vassoio del cassetto si mette 1 bicchierini d'olio vegetale.