



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

Polpetta di Inegol

Inegöl Köfte



500 gr. carne macinate per la poolpetta
Interno di una fetta pane raffermo
1 cipolla secca media
2 spicchi agli
1 cucchiaino di timo
Mezzo cucchiaino di nuovo premavera(tipico spezie)
1 cucchiaino di cumino
3 cucchiaini di sale
1 cucchiaino di pepenero
1,5 cucchiaini di carbonati

- # Sopra delle pane raffermo si aggiungono cipolla trattugiato, agli pestati e si miscelano bene finchè il pane si diventa perfettamente .
- # Sopra di questo si aggiungono timo pestato e gli altri ingredineti. E s'impastano minimo per 10 minuti.
- # Dopo aversi riposato nello frigo per mezz'ora, si tagliano i pezzi dall'impasto come le grandezze di nocciole e poi li danno come le figure di dito.
- # Si cucinano sulla grilla elettrica oppure sulla griglia del legno.
- # Si fa servirsi a caldo.

Nota: Elasticità è carattere primario della Polpetta Inegol , per averne questa elasticità si aggiunge un ' pò polmone macinato.