



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

Loluk

Loluk



500 gr. carne macinate senza grassi
1 bicchiere di grano fino
3 cipolle secche
2 pepe italiane
1 cucchiaino di salsa
1 tazzina di caffè olio vegetale
3 cucchiaini di sale
1 cucchiaino di peperoncino
1 cucchiaino di pepenero

- # Le cipolle si tagliano finemente, sopra si aggiunge l'olio vegetale, e si cucinano sul fuoco medio finché ammorbidono.
- # Dopo averli ammorbiditi le cipolle si aggiungono salsa e pepe tagliati finemente, dopo averli acambiato il colore della pepe si aggiunge i pomodori sbucciati.
- # Sopra degli ingredienti si mette un litro d'acqua calda.
- # Durante cucinando gli ingredienti si prepara l'impasto con carne macinata, grano fino secco, pepenero, un pochino sale e dal peperoncino.
- # L'impasto si lascia a riposare per un' ora poi si prendono i pezzi dall'impasto come la grandezza del moscato.
- # Le polpette preparate si mettono nell'acqua bollente con cipolla e si cucina per 20 minuti sul fuoco basso medio.
- # Si servono a caldo.

Nota: Loluk è un gusto piacevole provincia di Malatya. Essere non bagnato del grano fino serve per non disperdersi delle polpette.