



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

Melanzana in Padella

Patlıcan Tava



4 melanzane
1 bicchiere farina di mais
1 cucchiaino di sale
1 tazzina di caffè olio d'oliva
3 pomodori
1 cipolla secca

- # Le melanzane si sbucciano e poi si mettono nell'acqua salata circa per 20 minuti.
- # Farina di mais e sale si miscelano poi melanzane si tagliano in verticale poi italiano in 4 pezzi.
- # Nella padella si mette olio d'oliva poi i pezzi di melanzane si miscelano con farina di mais.
- # Infilano dentro padella poi il coperchio di padella si coperta si cucinano sul fuoco medio circa per 15 minuti.
- # In questo momento alle cipolle si tagliano infine e si arrossiscono con l'altra metà di olio d'oliva alla sopra si aggiungono pomodoro grattugiato aglio pestato e si pizzica sale si bolliscono per una schiumata.
- # La miscelata preparata si mette sopra delle melanzane poi ricoperta il coperchio e si cucina ancora per 10 minuti.
- # Servirsi freddo oppure fresco.

Nota: La ricetta preparata se si aspetta per una notte intera nel frigo sarà gustoso di più.