



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

Gombo con Cece

Nohutlu Bamyâ



500 gr. di gombo
250 gr. carne di vitello tagliati cubi
1 cipolla secca
Mezza bicchiere di cece bollita
2 pepe italiane
1 cucchiaino di salsa
1 limone
Sale
Mezzo bicchiere d'olio vegetale

Le cipolle tagliate si arrossiscono con olio finché diventa il colore viola.

Si aggiungono sopra della cipolla carne tagliate e pepe macinate finemente, si arrossiscono ancora per 15 minuti, poi si aggiunge la salsa.

Dopo averli cucinati insieme aggiunti pomodori per 5 minuti e poi si aggiungono gombo e cece bollita .

Finché si riscaldano i gombi non si aggiunge l'acqua calda , si aggiunge l'acqua calda dopo averli riscaldati i gombi.

Si cucina più o meno per 35 - 40 minuti sul fuoco medio.

Il momento di cucinamento si aggiunge succo di limone.

Nota: Nella zona d'Egeo per il posto di succo di limone si usano soffietto d'uva.