



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

Spinta di Zucca

Kabak Bastı



1 bicchiere di ceci bolliti
1 kg. zucchini
500 gr. carne di vitello
2 cipolle secche
1 bicchiere d'olio vegetale
1 cucchiaio salsa di pomodoro
1 cucchiaio di menta essiccata
1 succo di limone
1 cucchiaino di sale

- # Le cipolle si tagliano finemente e poi si arrossisce con olio finché si violano.
- # Dopo si aggiunge la carne nelle cipolle violate.
- # Dopo ha succhiato l'liquido di carne se stessa, si mette la salsa, e si cucina finché va via il puzzo.
- # Si aggiungono nella miscela con carne le zucchini sbuciate, ceci bolliti e sale.
- # L'ultimo si aggiunge 2 bicchieri di brodi, si cucinano finché le zucchini si morbidono.
- # Prima di cucinamento si aggiungono subito succo di limone e menta poi si spegne il fuoco.

Nota: Questa piatta è riservata della zona di Gaziantep. Questa piatta si può prepararsi anche con melacotogna con usando gli stessi prodotti.