



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

Insalata di Cavolo Rosso

Krmz Lahana Salatas



Mezzo cavolo rosso (500 gr)
4 cipolle
8-10 prezzemoli
1 cucchiaino di sale
4 cucchiai di sottaceto
5 cucchiai olio d'oliva

- # Cavolo rosso si mette nell'acqua sotto aceto per 10 minuti.
- # Dopo si filtra e si taglia infine.
- # Alla sopra si pizzica sale e si miscela per un po'.
- # Dopo si aggiungono cipolla tagliata prezzemolo cipolla fresca sotto aceto ed olio d'oliva si miscelano.
- # Dopo la miscelata preparata si prende nel piatto da servire.

Nota: Per questa insalata si pu usare anche cipolla secca per il posto di cipolla verde.