



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

Harmani

Harmani



1 bicchiere di olive veede
1 bicchiere di olive nere
6 pepe secche
6 pomodori secchi
2 aglio
2 cucchiari di mandorle
2 cucchiari di noce
1 cucchiaino di cumino
1 tazzina di caffè olio d'oliva

- # Pepe e pomodori si bagnano da una notte prima.
- # Si levano i semi delle olive e si tagliano rotonde.
- # Le mandorle e noci si pestano. Pepe pomodoro ed aglio si tagliano.
- # Alla sopra si pizzica cumino e si aggiunge olio d'oliva si miscelano.
- # Si preferisce di consumare per un giorno nel frigorifero. Dopo Servirsi nelle colazione.

Nota: Questa ricetta si consuma come insalata.