



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

Bollimento con Ceci

Nohutlu Haşlama



1 bicchiere di ceci
1,5 kg carne di pecora senza ossa
2 cipolle
2 patate
3 spicchi d'aglio
1 cucchiaio di burro
4 cucchiaini olio vegetale
1 cucchiaino di peperoncino a rosso
Acqua

- # Ceci si bagnano dalla sera. Il giorno dopo si bollisce finché diventano morbide, poi si filtra bene.
- # Carne si mette nella pentola a pressione e si bolla circa per 25 minuti.
- # In un'altra pentola le cipolle si arrossiscono bene, poi si aggiungono le patate tagliate in grosse e spicchi pestati.
- # Dopo aver cucinate le patate si aggiungono carne, pepe, sale, ceci e si prendono 3 bicchieri dall'acqua bollente.
- # Si copre il coperchio e si cucina sul fuoco medio circa per 20 minuti.
- # Dopo servirsi in caldo.

Nota: Questa è una ricetta riservata alla zona di Tunceli (una provincia Turca).