



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

---

## Piselli con Carne

Etili Bezelye



1 kg. piselli fresche  
250 gr. carne cubi  
6 cucchiari olio vegetale  
2 cipolle secche  
2 pomodori  
Mezzo cucchiario sale  
3 bicchieri d'acqua  
1 cucchiario di salsa

- # I piselli si sperano i grani.
- # La carne tagliata si arrossisce nell'olio, dopo aversi succhiato l'iquido la carne si aggiungono le cipolle tagliate.
- # Nella misce prima si aggiunge la salsa e poi si aggiunge pomodoro trattugiato e si cucina per 5 minuti.
- # Si aggiunge in queta miscela i piselli, e si cucina per 15 minuti senza aggiungersi l'acqua.
- # L'ultimamente si aggiungono sale e l'acqua calda e si cucina per 40 minuti.
- # E si servira a caldo.

**Nota:** Questo piatto secondo delle spiegazione si prepara prima con bollimento dei piselli, ma queta operazione diminuisce la vitamina dei piselli.