



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

Melanzana Ripiena

Karniyarik



Melanzana Ripiena KARNIYARIK Ripieni

1 kg. melanzane
300 gr. carne macinata di vitella
2 cipolle secche grosse
2 pomodori grossi
4 pepe italiane
1 cucchiaio di salsa
1 tazzina di caffè olio vegetale
1 cucchiaino di sale
1 bicchiere olio d'arrossimento
1 bicchiere d'acqua calda

- # Le melanzane si sbuciano e si fanno aspettare nell'acqua salata per mezz'ora.
- # Si mette 1 tazzina di caffè olio vegetale nella ciotola, dopo riscaldato si aggiunge la carne macinata. Dopo averci preso tutto l'liquido la carne macinata si aggiungono le cipolle tagliate.
- # dopo averci morbido delle cipolle si aggiunge le pepe tagliate fineemente, dopo un po' della cucinamento delle pepe si aggiungono prima la salsa poi i pomodori trattugati.
- # Si aggiunge la sale e poi si toglie dal fuoco.
- # Le melanzane che ha perso la piccante si tolgono dall'acqua e si asciugano.
- # Olio si mettenella pentola e dopo che l'olio riscaldato si mettono le melanzane e si frittano finché prendono il colore viola.
- # Le melanzane fritte si prendono sulla carta, così si diminuiscono dall'olio.
- # In una ciotola oppure in una pentola si mettono le melanzane, lasciando le distanze delle fianchi le melanzane si tagliano in verticale con il coltello.
- # Le melanzane tagliate dal mezzo si largano un po', in questo spazio si inserisce la miscela preparata con carne macinata.
- # Sopra si mettono le pepe tagliate e i pomodori tagliati in rotondo. Tutte le melanzane si preparano così, poi sopra delle melanzane si mette 1 bicchiere d'acqua calda. Poi si chiude il coperchio.
- # La ciotola si inserisce sul fuoco basso e così si cucina per 20 minuti.
- # Si fa servire a caldo.

Nota: L'ultima operazione di cucinamento delle melanzane si può farsi nel forno riscaldato 190 gradi per 15 - 20 minuti.