



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

Minestrone di Aneto

Dereotu Çorbasi



1 aneto
1 spicchio d'aglio
1 cipolla
1 carota
1 cucchiaino di sale
1 tazzina di caffè olio vegetale
Cinque bicchieri d'acqua

- # Cipolla ed aglio si macinano. Carota si sbuccia e si fetta. Aneto si taglia in grosse.
- # Nella pentola si mette olio e si inserisce sul fuoco.
- # Si arrossiscono bene aglio e cipolla finchè diventano trasparente.
- # Si aggiungono le pepe e sale si cucina ancora per 5o6 minuti.
- # Si mette acqua e poi si coperta il coperchio. Si bolisce . Si bassa il fuoco. Si cucina ancora per un po.
- # Si bolisce per una schiumata poi servirsi.

Nota: Aneto èd un impianto ideale per la dieta.