



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

---

## Ayvar

Ayvar



5 melanzane  
5 pepe rosso  
5 spinaci d'aglio  
5 cipolla  
2 pomodori  
1 tazzina di caffè olio d'oliva  
1 cucchiaino di sale

- # Sopra delle melanzane e pepe si fanno i tagli. Poi si arrossiscono e si sbuciano.
- # Le cipolle si tagliano in rotonde. Gli spicchi si tagliano poi i pomodori si tagliano come il dado.
- # Nella pentola si mette olio d'oliva dopo aver riscaldato si aggiungono cipolle e si arrossiscono poi si aggiungono gli aglio.
- # Poi si aggiungono i pomodori e si arrossiscono finché cambiano le forme.
- # Poi si aggiungono le pepe e si pizzica sale. Si bolisce bene.
- # La miscelata si fa passare dal blender.
- # Poi si rimette sul fuoco e si bolisce per una bollita.
- # Si riempisce nel barattolo. Poi si coperta perfettamente e si inverte.
- # Si fa aspettare per una notte così. Poi il barattolo si inverte. E si può conservare finché per un anno.

Nota: Ayvar è un sugo famosa in Macedonia.