



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

---

## Siferit

Siferit



Mezzo kg di carne macinata  
1 bicchierino di bulgur fine  
1 cipolla  
1 cucchiaino di kisis pestato  
1 cucchiaino di menta secca  
1 cucchiaino di sale

- # Nella ciotola si mette bulgur ed alla sopra si aggiunge cipolla macinata e sale. Poi si impasta circa per 10 minuti.
- # Poi alla sopra si aggiungono carne macinata menta secca kisis pestato peperoncino a rosso si impastano con le mani bagnate circa per 5-6 minuti.
- # Poi si fanno le polepte grandezza di mandarina. Poi si mettono sopra rigonfiamento in lunghezza.
- # Si cucinano sulla griglia oppure in padella.

**Nota:** Siferit è una ricetta della città di Mardin. In quella zona nella carne macinata si aggiunge olio di coda.