



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

Risotto di Bulgur con Fagiolone

Börülceli Bulgur Pilavı



1 tazza di bulgur per risotto
Mezzo tazza di fagiolone
1 cipolla
100 gr di carne macinata
1 cucchiaino di salsa
1 cucchiaino di pepe nero
2 cucchiaini di sale
1 cucchiaino di burro
1 brodo
1 tazza d'acqua bollente di fagiolone

Fagiolone si bagna 8 ore prima dopo si filtra e si prendono nella pentola alla sua prassi aggiungere l'acqua e si bolliscono finché diventano bene ammorbidite.

In un'altra pentola si mette burro ed olio di girasole la pentola si inserisce sul fuoco dopo aver riscaldato si aggiungono le cipolle tagliate e si arrossiscono finché diventano bene trasparenti.

Alla sopra si aggiunge salsa si arrossisce per qualche minuto poi si aggiunge carne macinata e si arrossisce finché lascia il liquido e risucchia.

Dopo si aggiungono bulgur lavato insieme con brodo e fagiolone poi acqua calda.

Tra 5 minuti si aggiungono Sale e Pepe Nero si miscelano poi il coperchio si coperto e si lascia per cucinare.

Quando arriva al momento da bollire il fuoco si regola a basso così si cucina circa per 12 o 15 minuti.

Tra pentola il coperchio e si mette la carta poi si lascia per mezz'ora.

Nel momento da sai dire se miscela e si mette nel piatto da servire con attenzione.

Nota: Questa ricetta è riservata della zona Nallihan d'Ankara.