



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

Pollo Beykoz

Piliç Beykoz



2 melanzane grosse
700 - 800 gr. petto di pollo
1 cipolla
2 pomodori
1 cucchiaino di farina
1 cucchiaino di sale
2 pomodori piccoli
2 pepe piccoli di ripieno
1 tazzina d'olio
2 bicchieri d'acque

- # Dopo averli sbucciati le melanzane si mettono nell'acqua salata e si fanno aspettare per mezz'ora per farsi perdere la piccante.
- # Le melanzane filtrate dall'acqua si tagliano come righello.
- # Le melanzane si fanno girare sotto sopra nell'olio.
- # Poi in questo olio che rimasto dalle melanzane si mettono le carni e si girano, poi si aggiungono le cipolle tagliate finemente e farina si miscelano, poi si aggiungono i pomodori tritati, sale, l'acqua e si cucina sul basso per 25 minuti.
- # Le melanzane preparate si inseriscono in traverse e in mezzo si riempisce la miscela con pollo, i finocchi delle melanzane si arrivano parte sotto nel vassoio del forno e si chiude.
- # Parte sopra si inserisce fette del pomodoro poi fette delle peperoni e poi nel vassoio si mette 1 bicchiere d'acqua calda.
- # Si cucina nel forno riscaldato 180 gradi per 15 - 20 minuti.

Nota: Questo piatto si può prepararsi anche con usare la zucca.