



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

L'imam Svenuto

İmambayıldı



6 melanzane opportune
4 cipolle secche medie
2 pomodori grossi
12 spicchi d'agli
1 bicchierino più 1 cucchiaino olio d'oliva
2 zuccheri a quadrati
1,5 bicchiere d'acque

- # Si sbuciano le melanzane e si fanno aspettarci per mezz'ora nell'acqua salata.
- # Le cipolle si tagliano finemente in rotonde, anche gli aglio, pomodori si tagliano come dadi.
- # Le melanzane si tolgono dall'acqua salata, si lavano, e si asciugano.
- # E s'inseriscono in una ciotola senza tagliarsi.
- # Sopra si aggiungono gli aglio, le cipolle, i pomodori, l'olio d'oliva, il sale e lo zucchero e l'acqua calda.
- # Si cuociono finché le melanzane si ammorbidiscono.
- # Le melanzane si tolgono e poi dal mezzo si aprono con una forchetta e dentro si riempiono quella miscela cucinata con le melanzane.
- # Le melanzane si cuociono così per 10 minuti, poi si prendono dal fuoco.
- # Si servono freddi o freschi.

Nota: Ci sono diversi modi di cucinamento di L'imam svenuto però questo è il modo più sano.