



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

Fava

Fava



2 bicchieri interni dei legumi secchi
1 cucchiaino di zucchero polverato
6 - 7 cucchiaini olio d'olive
2 cipolle secche
1,5 cucchiaini di sale
Mezzo mazzetto d'aneto
mezzo succo di limone

Si bagna interno dei legumi secchi.

Si prende nella ciotola da cucinare, sopra si aggiungono le cipolle macinate finemente, zucchero, sale ed olio d'olive.

L'ultimamente sopra si mette l'acqua che superi per un dito, si cucinano sul fuoco medio finché legumi si morbidono.

Dopo cuginati si prende sul colino e si pestano bene.

Poi questa pure abbiamo si inserisce in una tazza figurata, e poi si ripristina.

Si inserisce nello frigo per congelarsi.

Dopo congelato sopra si mette succo di limone, e poi si sprutta aneto macinato.

Si servirsi con i fetti.

Nota: Per una presentazione speciale la fava si può svuotarsi anche nella tazza di torta.