



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

Elegante Mualla

Şık Mualla



8 melenzane
2 cipolle secche grandezze medie
4 pomodori grossi
1 bicchiere di lenticchie rossa
1 cucchiaio di salsa al pepe
6 cucchiari di olio di girasole
1 cucchiaino di menta secca
Mezzo cucchiaino di pepenero
Mezzo cucchiaino di cumino
1 cucchiaino di sale
8-10 rami di prezzemolo

- # Le melenzane si sbucciano, si fanno aspettare per mezz'ora nell'acqua salata.
- # In questo momento si aggiunge 2 bicchieri d'acqua sopra le lenticchie lavate. Si cuoca sul fuoco basso fino a prende tutta l'acqua.
- # Si mette nella ciotola olio vegetale, si aggiunge la cipolla tagliata finemente si arrosta fino a diventa viola sopra si aggiungono salsa e lenticchie bollite. Si arrostano ancora per qualche minuti.
- # Poi si aggiunge il pomodoro trattugiato, e si cuocano fino ad arrivare il momento di bollimento, si mettono menta, cumino, sale e pepenero e si mescolano, si toglie dal fuoco.
- # L'acqua delle melenzane si filtrano bene, prima si tagliano in tre pezzi in orizzontale, poi si fetta in verticale dimensione di mezzo centimetro.
- # Le melenzane tagliate si alinano in una ciotola che fondo piatto. Sopra si mette per una quantita' di miscela delle lenticchie, fino a fine degli ingredienti questo lavoro si ripeta,
- # La sopra si mette un bicchiere d'acqua calda, si chiude il coperchio di ciotola, prima si cuoca sul fuoco media per 10 minuti poi si cuoca sul fuoco basso per 20 minuti cioe' in totale si cuoca per mezz'ora.
- # Per il momento di servire sopra si mettono i rami di prezzemolo.

Nota: Elengante Mualla è una specialità della Reyhanli regione di Hatay.