



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

---

## Kisir

Kisir



2 bicchieri di grano fino  
12 cipolle fresche  
mezzo mazzo di prezzemolo  
1 cucchiaio di salsa di pomodoro  
1 cucchiaio di salsa di pepe  
6 cucchiari d'olio d'oliva  
1 succo di limone  
le foglie di lattuga

- # Il grano fino si pulisce e si lava bene si filtra dall'acqua, si fa aspettare nell'acqua chiusa mezza calda per 20 minuti.
- # Dopo 20 minuti sopra si aggiungono e si mescolano bene sale , la salsa del pomodoro e del pepe , olio d'oliva .
- # Sopra si aggiungono le cipolle trattugiate finemente, e prezzemolo , l'ultimamente si aggiunge succo di limone anche e si mescolano di nuovo.
- # Si fa a servire insieme con le foglie delle lattughe.

Nota: nelle zone di sud est dalla Turchia il nome di kisir(sterile) si chiamano 'karma katma' (aggiunto misto), per il posto di succo di limone si puo' usare melagrana.