



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

---

## Minestrone di Lenticchie Arrossite

Kavurma Mercimek Çorbası



1 bicchiere di lenticchie a rosse  
1 cipolla secca media  
1 carote grossa  
1 sedano medio  
1 patata media  
Mezzo succo di limone  
3 spicchi di aglio  
1 tazzina di caffè riso  
1 cucchiaino di pepenero  
2 cucchiani di sale  
8 bicchieri di brodo oppure l'acqua  
1 bicchierino d'olio vegetale

- # Primamente lenticchie si bolliscono insieme con 4 bicchieri d'acqua.
- # Nella pentola si mette olio dopo aver riscaldato si aggiungono le cipolle tagliate, la carota grattugiata, sedano e patata. Questi si arrossiscono.
- # Sopra delle verdure arrosite si aggiungono aglio pestato e riso filtrato, si miscelano per qualche volta.
- # Sopra si aggiungono lenticchie bolite e succo di limone.
- # Dopo aver miscolato tutti gli ingredienti si aggiungono cumino, pepenero e sale. Poi si aggiunge 8 bicchieri di brodo.
- # Quando il minestrone arriva il momento di bollimento il fuoco si trasforma al basso. Si cucina ancora per 5 minuti e poi si toglie dal fuoco.
- # Servirsi in caldo.

**Nota:** Se volendo di far vedersi minestrone colorato allora nel momento di bollimento delle verdure si può aggiungere un cucchiaino salsa di pepe.