



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

Minestrone di Asure

Aşure Çorbası



250 gr. pollo tagliato in cubi
1 bicchiere bulgur (grano rotti per asure)
Mezzo bicchiere di ceci
Mezzo bicchiere di fagioli
1 pomodoro grosso
1 cipolla grossa
1 cucchiaino salsa di pomodoro
1 cucchiaino di burro
3 cucchiaini d'olio vegetale
1 succo di limone
2,5 cucchiaini di sale
8 - 10 rami di prezzemolo
2- 3 rami di menta secca
4 bicchieri d'acqua

Una notte prima si puliscono bene fagioli, grano rotto per asure e ceci. poi si lavano bene. Grano in 1 ciotola ceci e fagioli in 1 altra ciotola si mettono. E si riempiscono con l'acqua che supera 1 dito.
Il giorno dopo grano separatamente poi ceci e fagioli si bolliscono insieme con l'acqua di bagnarsi.
Poi grano si divide in due la metà si fa passare dal robot e si fa il purè.
In una pentola si mettono olio vegetale e burro. Dopo aver sciolto il burro e sono riscaldati si aggiunge la cipolla tagliata finemente, e si arrossisce.
Dopo aver rosolato la cipolla si aggiunge la salsa e si gira per un pò. poi si aggiunge la carne di pollo tagliata in cubi.
Dopo aver preso il liquido di carne si aggiungono fagioli, ceci, e grano poi l'altra metà del grano pestato dal robot. Tutti questi si mischiano insieme con i liquidi se stessi.
Dopo aver miscelato tutti i materiali si aggiungono i pomodori sbucciati e sale . Si bolle ancora per 5 minuti.
L'ultimamente si aggiungono la menta secca tagliata finemente, prezzemolo e succo di limone , si miscelano e poi si toglie subito dal fuoco , servirsi in caldo.

Nota: Se volendo nel minestrone di asure si possono aggiungersi triglie secco, fave e mais.