



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

Minestrone di Fave Fresca

Taze Bakla Çorbası



250 Gr. Fave fresche
5 cucchiari yogurt
3 cucchiari farina
1 uova
150 Gr. carne di vitello
1 pomodoro grosso
1 bicchierino olio vegetale
2 cucchiaini sale

- # Si lavano le fave, e puliscono, si tagliano in piccoli.
- # Le fave tagliate si mescolano con 1 cucchiaino di sale, farina.
- # Poi si lavano bene per levare dal sale e dalla farina. (questa operazione serve per perdersi la picciante delle fave)
- # Le fave si mettono in una pentola , sopra si aggiungono 8 bicchieri d'acqua fredda. Si cucina sul fuoco medio finchè si ammorbidisce.
- # La carne si taglia in cubo.
- # Dopo arrossito la carne sopra si aggiungono i pomodori grattugiato.
- # Per prepararsi il sugo si mescolano in una ciotola: yogurt, uova, sale.
- # Poi la carne arrosita e il sugo preparato si aggiungono nella fave bollente.
- # Tutti gli ingredienti si bolliscono per una schiumata.
- # Dopo aver messo il minestrone nel piatto da servire, sopra si aggiunge olio vegetale bruciata. Si figura con aneto.

Nota: Liquido di fave si può mettere un pò poco poi si può completare con il brodo.