



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

Mamaleke

Mamaleke



2 kg. pepe da ripieni
2 carote medie
1 cipolla grossa
1,5 bicchierini d'olio d'oliva
1 cucchiaino di sale
Per la sopra ;
1,5 bicchieri di yogurt
Mezzo bicchiere d'acqua
Mezzo cucchiaino di sale
1 cucchiaino di peperoncino a rosso

Le pepe da rimepire si aprono , si levano i semi e si tagliano i radici. Poi le pepe bucate si inseriscono nello frigo per riusare dopo.

Nella pentola si mette olio d'oliva, dopo aver riscaldato si aggiungono le cipolle tagliate in fine e si arrossiscono finchè si diventano viole.

Sopra si aggiungono le carote tagliate spessore del fiammifero. Poi si coperta cperchio di pentola, si cucina coirca per 10 minuti. Poi si aggiungono le pepe preparati e sale. Si arrossiscono Se bisogna si può aggiungere poca l'acqua.

Poi dinuovo si coperta il coperchio di pentola. il fuoco si regola in medio e si cucinano circa per 20 - 25 minuti .

Dopo aver cucinato si servirsi freddo oppure fresco e poi si prende nello piatto .Sopra si mettono yogurt, l'acqua, ed aglio pestato miscelata con sale, si pizzica peperoncino a rosso.

Nota: Mamaleke in genere si fa nelle zone d'Ankara (capitale di Turchia) come riceta sottaceto di pepe invernale.