



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

Minestrone di Villaggio con Polpette

Köfteli Köy Çorbası



1 tazza tarhana
1 tazza di ceci
3 peperoni da riempire
4 cipolle
1 pomodoro maturo
Mezzo cucchiaino di concentrato di pomodoro
7 cucchiaini di olio di girasole
1,5 cucchiaino di sale
2,5 tazze di acqua
7 tazze di brodo
Per le polpette:
200 gr carne di vitello macinata, senza grassi
1 / 2 cipolla piccola
1 fetta di pane raffermo
Mezzo cucchiaino di sale
Mezzo cucchiaino di pepe nero

- # Primo momento tarhana si bagna con l'acqua di 2,5 tazze.
- # Poi si prepara la polpetta. Poi cipolla grattugiato si mette nella ciotola d'impastamento, poi sopra si aggiunge briciole di pane raffermo, pane si mescola finche diventa com'e' l'impasto.
- # Sopra i aggiungono sale, pepe nero, carne macinata si impastano 3-4 minuti, poi i rotolano le polpette grandezza di noci.
- # Le polpette si mettono nel vassoio farinato, vassoio si muove e cosi tutte le parte delle polpette diventano farina.
- # Poi nella ciotola si mette girasole, sopra si aggiunge la parte bianca della cipolla macinata, dopo un po' cotto si aggiunge la pepe da riempire macinato.
- # Dopo aver cambiato il colore di pepe da riempire si aggiungono salsa ,pomodoro macinato e quella tarhana con l'acqua sestessa che aspettava dentro. L'ultimo si mette sale e brodo.
- # Minestrone si mescola sempre, quando comincia a riscaldare si aggiungono ceci lessati e la parte verde della cipolla macinata.
- # Quando arriva il momento di bollente si mettono le polpette, fuoco si regola il livello basso, si cuoca 15- 20 minuti senza sofferto le polpette con mescolando.
- # Si porta caldo al tavolo.

Not: Nel minestrone di villaggio con polpette se volendo si puo' aggiungere 2 spicchi d'aglio macinato finemente.