



## Ripieno di Turkmen

Türkmen Dolması



4 melanzane  
4 zucche  
8 pomodori piccoli  
16 pepe da ripieno  
2 cipolle  
250 gr. di carne macinate  
1 bicchierino di riso  
Mezzo mazzetto di aneto  
Mezzo mazzetto di menta fresca  
4 cucchiari d'olio vegetale  
1 cucchiaino di pepenero  
1,5 cucchiaini di sale  
Per la sopra;  
2 pomodori  
1 cucchiaio salsa di pomodoro  
Mezzo cucchiaio salsa di pepe  
4 cucchiari d'olio vegetale  
1 bicchiere d'acqua

- # Le melanzane si tagliano in 2 senza sbuciare e si svuotano dentro , si sbuciano le zucche e si tagliano in due, si aprono in mezzo come melanzane.
- # Poi pomodoro si taglia da parte sotto come zucca poi si svuotano anche pepe e si macina la cipolla.
- # Interni di zucca e melanzane si riempiscono con pomodori e pepe tagliati sopra si aggiungono sale e pepenero. e si miscela finchè diventano morbido.
- # Poi sopra si aggiunge interno di pomodoromacinato, prezzemolo macinato, menta, aneto , carne macinata, riso lavato , olio vegetale, pepenero e sale poi si mescolano.
- # La miecelata per interno preparato si riempiscono dentro delle verdure e sopra si mettono i pomodori tagliati , si filano nella pentola.
- # Dall'altra parte si arrossiscono insieme le salse insieme con olio vegetale , sopra si aggiunge l'acqua calda e si bollisce per una schiumata.
- # La sosa prepara si mette sopra delle verdure preparate. Poi si coperta il coperchio di pentola. Prima sul fuoco medio poi sul fuoco basso si cucina per mezz'oretta.
- # Si servirsi in caldo.

Nota: Ripieno di Turkmen ed una ricetta della città di Kerkuk.