



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

Carciofo con Carne

Etlî Enginar



6 carciofi piccoli
250 gr. di carne tagliata in cubo di agnello
1 cipolla secca
10 cipolline
2 pepe italiane
2 pomodori
6 cucchiari d'olio vegetale
1 cucchiaino di sale
1 bicchierino d'acqua calda

Cipolla macinata e cipolline si mettono nel olio riscaldato , dopo aver arrossite le cipolle si aggiungono pepe e carne.

Dopo aver succhiato la carne il liquido, sopra si aggiungono pomodoro grattugaito e sale. Si cucina finchè pomodoro diventa come salsa.

Poi la miscelata preparata si pende in un piatto poi nella pentola stessa si filano i carciofi e sopra si svuota dalla miscelata.

Poi la pentola si mette sul fuoco medio e si cucina circa per 10 minuti. Poi si aggiunge l'acqua calda. Si cucinano finchè si ammorbidiscono i carciofi.

Si porta in caldo al tavolo.

Nota: Il tempo di carciofo primavera èd inizio d'estate.