

Stuffat tas-summien

Ghandek bżonn: (4 persuni)

8 summien
Basla
Tewma
Zunnarija
Ftit piżelli
Mgħarfa dqiq
Ftit żejt taż-żebbuġa
Tursin frisk
Ftit bżar u melħ
Tazza nbid aħmar



Metodu:

Aħsel is-summien bl-ilma kiesaħ u ħawwar bil-bżar u melħ
Għamel toqlija bil-basla, t-tewma u z-zunnarija u žid is-summien
Sajjar għal madwar 20 minuta sakemm il-laħam jieħu l-kulur
Žid id-dqiq u l-inbid u kompli tekkek fuq in-nar għal 15 il-minuta
Fl-aħħar ftiit minuti žied il-piżelli u t-tursin mqatta rqiq
Bħala kontorn għal ma' din ir-riċetta tista sservi ftiit spaghetti jew linguine