



► SAMBUZA



Difficoltà
Bassa



Tempo
30 min



Dosi per
3 persona



Paese
Kenya



Ingredienti

- 350 grammi di farina (per la pasta sfoglia)
- 350 grammi di carne macinata mista (vitellone, montone o agnellino)
- un peperone
- una cipolla
- due patate
- peperoncino, sale, cumino, pepe e coriandolo



Mettiti alla prova cucinando un piatto tipico di uno dei Paesi dove mancano strumenti e tecniche per curare molti bambini a cui noi, insieme, doniamo voli salvavita!

Preparazione

Pasta: impastate la farina con l'acqua ed il sale; lavorate l'impasto fino ad ottenere un composto molto elastico. Lasciatelo riposare per circa 10 minuti, dopodichè stendetelo con un mattarello fino ad ottenere una sfoglia sottile del diametro di un piatto da pietanza e tagliate il cerchio in 4 parti triangolari; prendete 2 angoli del triangolo ed incollateli per formare una sacca che riempirete con quanto seguirà.

Ripieno: tagliate il peperone e la cipolla finemente, aggiungete il macinato e lasciate cuocere su un fondo d'olio. Aggiungete come ultimo ingrediente le patate a cubetti, avendo cura di non cuocerle completamente in modo che terminino la loro cottura friggendo.

Cottura: riempite le tasche ottenute precedentemente con il ripieno (dopo averlo lasciato raffreddare). Incollate l'ultimo angolo del triangolo di pasta e friggeteli fino a quando non avranno un colore dorato.



FLYING ANGELS[®]

Dona un volo. Salva un bambino.

Via San Luca, 2
16124 Genova
CF: 95157820101

www.flyingangelsfoundation.org
Email: info@flyingangels.it
Tel: 010 0983277

