

# Kashk e Bademjan

## RECETA NUMERO 2 kashke Bademjan

Espero que todos estén bien y listos para experimentar otra comida iraní, hoy prepararemos un plato de berenjena se llama: "Kashke Bademjan".

Un plato vegetariano y super rico.

### Ingredientes:

 4 berenjenas	 1 cebolla grande	 80 gr nueces molidas
 200 gr yogurt natural	 Un poco de cúrcuma	 menta seca
 sal y pimienta		

### La receta:



1. Pelamos las berenjenas y las cortamos, echamos sal sobre todas las berenjenas y las dejamos durante unas horas hasta que se quite el sabor (así se usa menos aceite cuando queremos freírlas y además tiene un sabor más rico) luego las secamos y están listos para freírse.
2. Las freímos apenas con un poco de aceite.
3. Cortamos la cebolla y el ajo muy pequeños y los freímos con un poco de aceite, la cúrcuma y sal.
4. Cuando estén todos fritos, los mezclamos y empezamos a desmenuzarlos con la mano o con un mezclador.
5. A continuación, lo freímos otra vez, pero sólo durante 10 minutos.
6. Al mismo tiempo en otra sartén se puede freír la menta seca durante dos minutos.
7. Al final servimos la comida en un plato y sobre la comida echamos un poco yogurt natural (Mezclar el yogurt con sal) y sobre todo echamos la menta seca frita.
8. Finalmente ponemos la comida en un plato y echamos por encima el yogurt y después la menta seca frita.

En Irán este plato se come acompañado de pan y albahaca fresca.  
¡Ya está preparado! ¡Que aproveche!

Bitá Talebi: [b.talebi@fotros.travel](mailto:b.talebi@fotros.travel)

[WWW.FOTROS.COM](http://WWW.FOTROS.COM)

## Ingredientes:

4 berenjenas  
1 cebolla grande  
80gr nueces molidas  
200gr yogurt natural  
1 poco cúrcuma  
menta seca  
sal y pimienta

## Preparación:

1. Pelamos las berenjenas y las cortamos, echamos sal sobre todas las berenjenas y las dejamos durante unas horas hasta que se quite el sabor (así se usa menos aceite cuando queremos freírlas y además tiene un sabor más rico) luego las secamos y están listos para freírse.
2. Las freímos apenas con un poco de aceite.
3. Cortamos la cebolla y el ajo muy pequeños y los freímos con un poco de aceite, la cúrcuma y sal.
4. Cuando estén todos fritos, los mezclamos y empezamos a desmenuzarlos con la mano o con un mezclador.
5. A continuación, lo freímos otra vez, pero sólo durante 10 minutos.

# Kashk e Bademjan

6. Al mismo tiempo en otra sartén se puede freír la menta seca durante dos minutos.
7. Al final servimos la comida en un plato y sobre la comida echamos un poco de yogurt natural (Mezclar el yogur con sal) y sobre todo echamos la menta seca frita.
8. Finalmente ponemos la comida en un plato y echamos por encima el yogur y después la menta seca frita.

En Irán este plato se come acompañado de pan y albahaca fresca.

¡Ya está preparado!

¡Que aprovechen!