



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYE BASTISI

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

500 g taze körpe bezelye
250 g yağlı kuşbaşı koyun eti
1 çorba kaşığı kuyruk yağı veya tereyağı
2 domates
1 iri soğan
1 demet dereotu
1 çorba kaşığı un
2 su bardağı etsuyu
1 tatlı kaşığı tuz

Bezelyeler yıkanır ayıklanır ve kılçıklarından temizlenir.
Küçükse bütün büyükse ikiye ya da üçe bölünür.
Bezelyeler un, limon suyu ve tuzlu suya atılır.
Et soğanla kavrulur. Etin yağı azsa bir miktar kuyruk yağı eklenir.
Domatesler enine bölünerek tencerenin ya da tepsinin dibine yerleştirilir.
Etin bir kısmını tencerenin ortasına toplayarak çevresine bezelyeler düzgünce dizilir, tuzu ve suyu eklenir.
Kapağı kapalı olarak yumuşayınca kadar pişirilir.