



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KURU FASULYE

MALZEMESİ

500 gr. kuşbaşı et
2 kaşık yağ
2 bardak fasulye
2 adet soğan
2 adet kırmızı sivri biber
3 adet domates
tuz

YAPILIŞI

Eti tencereye koyunuz ve içine kıyılmış soğan ile yağ ilâve ediniz. Sonra; orta hararetli ateşe koyunuz. Soğanlar hafif sararınca ve et kendi bıraktığı suyu çekinceye kadar kavurunuz. Kabukları soyulmuş ve fındık büyüklüğünde doğranmış domatesi koyup bir-iki defa daha karıştırınız. 6 bardak su koyunuz. Akşamdan ıslanmış ve haşlanmış fasulyeyi yıkayıp ilâve ediniz. Kırmızı biberleri yıkayıp koyunuz. Orta hararetli ateşte et ve fasulye taneleri iyice yumuşayınca kadar pişiriniz, imesine yakın tuzu atıp bir-iki taşım daha kaynatınız. Tabaklara alıp sıcak servis yapınız.