



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ TAZE FASULYE

1 kg. taze fasulye
Yarım kg. kuşbaşı et
2 adet kuru soğan
2 adet domates
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 yemek kaşığı tatlı toz biber
Tuz
1 su bardağı kaynar içme suyu

Kuru soğanları yemeklik doğrayıp teflon tencerede, yarım çay bardağı zeytin yağında hafif pembeleştirin sonra kuş başı doğranmış etleri içine atın. Etleri kavurmaya başlayın, etler saldıkları suyu çekene kadar kavurun. Etler suyunu çekince içine hazırlamış olduğunuz taze fasulyeleri, doğranmış domates ve toz biberi ilave edin. 15-20 dk. daha kavurun hazır olduğunda bir su bardağı kaynamış sıcak suyu ilave edip fasulyeler yumuşayana kadar pişirin. Ocağı kapatmaya yakın tuzunu ayarlayıp ateşi kapatın.

