



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FASULYE BORANİSİ (ISPARTA)

Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 kg Taze Fasulye
1 Su Bardağı Bulgur
1 Kâse Ezilmiş Süzme Yoğurt
2 Çorba Kaşığı Kızartılmış Kaymak Yağı
Tuz
Su

Fasulyeler ayıklanır, bol suda güzelce yıkanarak süzülür. Yarım cm eninde ince ince doğranır. Yayvan tencere içine konulan fasulyenin üzerine yeterli miktarda su dökülerek ateşe konular ve haşlanır. Haşlanmış ve kaynamakta olan fasulyenin içine bulgur salınır ve tuzu eklenir. Borani, suyunu çekince, hafif sulu şekilde söndürülür. Yoğurdun kesilmemesi için borani biraz soğutulur. İsteğe göre sarımsaklı veya sade olarak ezilmiş süzme yoğurtla yoğurtlanır. Tabağa konan boraninin üzeri kızartılmış kaymak yağıyla süslenerek servis yapılır.

Not: Bu yemek bakla ile de aynı şekilde yapılmaktadır. Yanında, tatlı soğan, acı biber, mevsiminde yetişen yeşillikler ve yabani otlar da yenilir. Arzu edilirse borani bulgur yerine pirinçle de pişirilebilmektedir.

