



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FASULYE KAVURMASI (BARTIN)

Bartın İl Kültür Turizm Müdürlüğü

500 gr. Taze Fasulye
200 gr. Rendelenmiş Domates
30 gr. Tereyağı
60 gr. Ayçiçekyağı
150 gr. Sıcak Su
30 gr. Salça
30 gr. Sarımsak
5 gr. Tuz
5 gr. Karabiber
5 gr. Pul biber

Fasulyeleri ayıklayıp ortadan ikiye kesiniz. Bir büyük tavada sm yağ ile beraber tereyağını eritiniz. Fasulyeleri ilave ediniz. 5 dakika süreyle kavurunuz. Sıcak su ekleyiniz. Su buharlaşana kadar kavurma işlemine devam ediniz ve fasulyeleri tabağa alınız. Aynı tavaya sarımsak ekleyiniz. Sarımsaklar yumuşayınca üzerine domates rendesi ve salça, tuz, karabiber ve pul biber ekleyiniz. Kaynadıktan sonra önceden hazırlamış olduğumuz fasulyelerin üzerine dökülerek servis edebilirsiniz.

