



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

FIRINDA BARBUNYA FASULYE

350 gr haşlanmış barbunya fasulyesi
1 büyük soğan
4-5 diş sarımsak
30 gr LUNA (2 çorba kaşığı)
50 gr tost kaşarı
2 çorba kaşığı kıyılmış maydanoz
Tuz
Kırmızıbiber

Kalın dilimler halinde doğradığınız soğanı Luna ile tavada kavurun. Haşlanmış fasulyeleri çatalla hafifçe ezin. Sarımsakları küçük küçük doğrayıp soğanlara ekleyin. Hemen ardından fasulyeleri de ekleyip devamlı karıştırarak 4-5 dakika kavurun. Maydanoz, tuz ve kırmızıbiber ekleyip ateşten alın, fırın kabına yayın. Kaşarpeynirini şerit şerit kesin. Fasulyelerin üzerini biçiminde kapatın. Önceden 200 derece ısıtılmış fırında 10 dakika pişirip servis yapın.

Not: Eğer kuru barbunya fasulyesi haşlayacaksanız 250gr haşlanmış fasulye için 100 gr kuru barbunya hesabına göre ıslatıp haşlayın. Haşlama suyuna tuz katmak fasulyeyi sertleştireceğinden, tuzunu haşlandıktan sonra ekleyin. Haşlanmış fasulye konservesi kullanmak pratik bir çaredir. Soğan yağda kavruldukça, ısının etkisi ile bazı lezzet verici maddeler açığa çıkarne yağ ile birleşir. Bu sebeple soğan kavruldukça lezzet kazanır. Buna karşılık sarımsak kavruldukça acılaşacağından soğan tamamen kavrulduktan sonra eklenmeli ve fazla kavurmadan diğer malzemelerle karıştırılmalıdır. Kavrulmuş fasulyeden artan olursa el blenderında çok az süt veya krema ile biraz kimyon ekleyerek ezip, kanepelerinizde kullanabilirsiniz.



© lezzetler.com tarif no:89389 • adi:Fırında Barbunya Fasulye • gönderen:Hiç Kimse • indirme tarihi:20.09.2024 - 13:50