



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA

4 kişilik Malzemesi
1.5 su bardağı haşlanmış barbunya
2 domates
1 çarliston biber
1 soğan
2 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı tozşeker
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 su bardağı su
Yarım limon suyu
4-5 dal maydanoz
Tuz

Domateslerin kabuklarını soyup küp şeklinde doğrayın. Çarliston biberin çekirdekli kısmını çıkarıp ince ince dilimleyin. Soğanı kıyın, sarımsakları ezin. Maydanozu yıkayıp ince ince doğrayın.

Zeytinyağını tencerede ısıtıp soğan ve sarımsağı pembeleştirin. Çarliston biberi ekleyip kavurun. Domatesi ilave edin ve koyulaşınca kadar pişirin.

Haşlanmış barbunyayı süzüp domatesli karışıma ekleyin. 2-3 dakika kapağı kapalı olarak pişirin. Su, limon suyu, tuz ve tozşekeri ilave edip kapağını kapatın. Barbunyalar yumuşayınca kadar pişirin. Ateşten alıp üzeri kapalı olarak ılınmaya bırakın. Servis tabağına alıp üzerine kıyılmış maydanoz serpin. Servis yapınca kadar buzdolabında bekletin.