



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇ BAKLA KAVURMASI

200 gr sıvıyağı
500 gr iç bakla
1 adet soğan
1 yemek kaşığı domates salçası
1 ay kaşığı tuz
3 adet kesme seker

Baklaları ayıklayıp yıkayalım, tencereye alalım. Kuru soğanı yemeklik doğrayıp baklaların üstüne koyalım. Salça, şeker ,tuz ve yağını da koyduktan sonra kısık ateşte bir müddet kavrulmasını bekleyelim. Sonra biraz su ilave edip baklalar yumuşayana kadar pişirelim. Ocaktan almaya yakın dereotunuda ekleyip karıştırıştırıp ocağı kapatalım.