



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇ BEZELYE SİLKMESİ

500 g iç bezelye
250 g orta yağlı kuşbaşı koyun göğüs eti
150 g tereyağı veya kuyruk yağı
1 adet iri soğan
2 adet domates veya 1 yemek kaşığı salça
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı kırmızı biber
1 su bardağı su

Ayıklanan iç bezelyeler tereyağında kızartılır, alınır.

Aynı tavada etlerde pembeleştirilerek alınır.

Halka doğranmış soğanlar da aynı yağda pembeleştirdikten sonra domates veya salça eklenir, birkaç kez çevrilir ve ateşten alınır.

Ayrı bir tencereye sırayla etler, bezelyeler, salçalı soğanlar ve sıcak su koyulur.

Tuz ve biber de eklendikten sonra kapağı kapatılır.

Tencere arada yanlarından tutularak silkelenecek suretiyle hafif ateşte pişmeye bırakılır.

Suyu çekilip yağı kalıncaya kadar pişirilir.