



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İSPANYOL USULÜ FASULYE GRATEN

www.miele.com.tr

400 gr. yeşil Fasulye

Tuz

2 küçük kutu beyaz iri Fasulye (310 gr.)

1 kutu Kidney Fasulye (400 gr.)

2 Soğan, iri doğranmış

2 diş Sarımsak, dövülmüş

300 gr. Cherry Domates

10 yeşil Zeytin

1 kutu doğranmış Domates (400 gr.)

3 yemek kaşığı Zeytinyağı

Karabiber, iri çekilmiş

Şeker

1 yemek kaşığı karışık, kıyılmış otlar (kekik, mercanköşk, biberiye karışımı gibi)

100 g Manchego-peyniri, rendelenmiş

Yeşil fasulyeleri ayıklayın, yıkayın, 100 ml su ve biraz tuz ilave ederek bir kaba koyun ve üstü kapalı olarak 850 Watt gücünde yaklaşık 8 dakika pişirin.

Yeşil fasulyeleri, iri beyaz fasulyeleri ve kırmızı fasulyeleri süzün.

Soğanları ve sarımsakları soyun.

Soğanları küp küp doğrayın ve sarımsakları ezin. Domatesleri yıkayın ve zeytinleri süzdürün. Doğranmış domatesleri zeytinyağında karıştırın, tuz, karabiber, şeker ve otları katın, sebzeleri ilave edin ve bir sufle kalıbına koyun.

Peynir serpin ve pişirin.