MEKSİKA FASULYELİ GARNİTÜR

200 gram brokoli
1 su bardağı Meksika fasulyesi
8 adet Brüksel lahanası
3 dal taze soğan
1 havuç
2 kabak
1 kırmızıbiberi
1 soğan
2 sivri biber
Karabiberi, kekik, fesleğen
2 çorba kaşığı soya sosu
1 çay bardağı zeytinyağı

Sebzeleri jülyen şeklinde uzun ince doğrayın. Tavada zeytinyağı ve tereyağıyla 5 dakika kadar kavurun. Soğanları da sebzelerin içine ekleyip birlikte kavurun. Üzerine 1 su bardağı su ekleyip haşlayıp suyunu çektirin. Bu karışımın süzüp üzerine zeytinyağı ve limon suyu ya da soya sosu ekleyip servis tabağına aktarın. Meksika fasulyesini konserve aldıysanız süzüp üzerine dökün ya da haşlayıp içine ekleyin.



© lezzetler.com tarif no:101996 • adı:Meksika Fasulyeli Garnitür • gönderen:bindal • indirme tarihi:28.03.2024 - 17:25