



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NANELİ BEZELYELİ HAŞLAMA

MALZEMESİ (6 kişilik)

1 kilo iç bezelye

1 bağ nane

1 çay kaşığı şeker

100 gram sadeyağ

tuz

600 gram haşlama et

Nane yapraklarını dallarından ayırıp yıkayın, bol suda kaynatın, suya bezelyeleri koyun, kapağı yarı açık duran tencerede haşlayın. Piştikten sonra, bezelyeleri, sularını fazlaca süzmeden çıkarın, başka tencereye alıp sade yağı ve şekeri katın. Tencereyi çok hafif ateşe oturtun suyunu çekinceye kadar arada bir karıştırarak pişirin. Başka bir kaptaki haşladığınız et dilimleriyle sofraya getirin.