



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TARÇINLI ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA

1+1/2 kg taze barbunya
2 adet kırmızı çarliston köz biberi
3 adet büyük boy domates
1 çubuk (on santim kadar) tarçın
1 büyük boy kuru soğan
1 yemek kaşığı toz şeker
1 tatlı kaşığı tuz
2 su bardağı sızma zeytinyağı
3 su bardağı içme suyu
1/4 demet maydanoz

Taze barbunya fasulyesini ayıklayın, kırmızı çarliston biberini rondel doğrayın ve maydanoz hariç bütün malzemeyi tencereye koyup bir saat ağır ateşte pişirin. Servis sırasında ince kıyım maydanozu üzerine serpiştirin.

[ML® Tarçınlı Barbunya için tıklayın](#)

[ML® Tarçınlı Barbunya \(görsel\)](#)