



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE FASULYELİ DANA BÖBREĞİ

3 dana böbreği (yağları temizlenip yıkanmış)
30 gr (2 çorba kaşığı) tereyağı
1 su bardağı et suyu
250 gr taze fasulye (ayıklanmış)
6 domates (kabukları soyulup, çekirdekleri temizlenerek doğranmış)
2 tatlı kaşığı domates salçası
1 çay kaşığı kuru fesleğen (istenirse)
1/2 çorba kaşığı maydanoz (ince kıyılmış)

Bir tencerede tereyağı eritiniz. Köpükleri sönüp yağ kızdığında, böbrekleri koyup alt üst ederek 4 dakika kızartınız. Ateşi kısıp, böbrekleri bir kez alt üst ederek 5 dakika daha kızartınız. Tencereyi ateşten alıp, böbrekleri bir tahtaya koyunuz ve keskin bir bıçakla 1-1,5 cm'lik dilimler halinde kesiniz. Et suyunu tenceredeki yağa ekleyip ısıtınız ve kaynayınca ateşi kısarak, fasulyeleri ve kızarmış böbrekleri tencereye koyunuz. Yemeği 20-25 dakika, fasulyeler yumuşayıp et suyu yarı yarıya azalana kadar kaynatınız. Sonra ateşi kısıp, domates, domates salçası ve fesleğeni (istenirse) ekledikten sonra yemeği 5 dakika daha koyulaşana kadar pişiriniz. Tencereyi ateşten alıp yemeği ısıtılmış bir servis tabağına boşaltınız. Üstüne maydanozları serpip hemen servis ediniz.

Not: Taze fasulyeli dana böbreğinin, yanında yeşil salata ve haşlanmış taze patatesle servis edilebilir.