



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BAKLA İÇİ

2,5 kg içlik taze bakla
3 soğan (orta)
1,5 bardak zeytinyağı
4 bardak baklaların ayıklandığı un ve limonlu su
1/2 çorba kaşığı şeker
1 demet dereotu
1/2 çorba kaşığı tuz
1/2 çorba kaşığı un
1/2 limonun suyu

Bir tencereye ölçülere göre su, un, limon suyu konularak iyice karıştırılır. Kabuklu baklanın kabuklarının ayıklanmasıyla iç haline getirilmiş baklalar suyun içine atılır. Başka bir tencereye zeytinyağı ile çentilmiş soğan konularak soğanlar pembeleşinceye kadar kavrulur ve buna ayıklanmış olan baklalar tenceredeki suyu ile birlikte, olduğu gibi ilâve edilerek ayrıca şeker ve tuz da katılır. Üzerine ıslatılıp buruşturulmuş yağ kâğıdı örtülür, kapağı kapatılır ve bir saat pişirilir. Sonra üzerine dereotu serpilir ve tencere ateşten indirilerek soğutulur. Tabağa alınarak servis yapılır.