



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA FASULYESİ

Malzemesi

2 su bardağı dolusu kuru barbunya fasulyesi
1 bardak zeytinyağı
3 adet soğan
2 orba kaşığı domates salçası
2 orta boy havuç
2 orta boy patates
1 tatlı kaşığı toz şeker
1 orba kaşığı tuz
5 bardak sıcak su

Fasulyeleri yıkayıp pişirmeden 5-6 saat önce, ya da akşamdan ıslatın. Sudan aldıktan sonra süzüp tekrar yıkayın ve 6 bardak sıcak suyla haşlayın. Fazla dağılmadan pişmeye yakın duruma gelince ocaktan alıp suyu ile bir kenara koyun.

Soğanları soyup, ince ince doğrayın. Havuçları kazıyıp yıkayın ve isteğe göre küp biçiminde, ya da ince daire biçiminde doğrayın.

Bir tencereye zeytinyağını, soğan ve havuçları koyup orta ısıda sarartmadan öldürün. Tuz ve şeker atıp haşladığınız fasulyeyi tencereye boşaltın. Sulandırılmış salça ve üstünü bir parmak geçecek kadar kaynar su ekleyin. Bir taşım kaynattıktan sonra ateşi hafifletin. Öte yanda patatesi soyup yıkayarak küp biçiminde doğrayın ve pişmekte olan yemeğe ekleyin.

Fazla dağılmadan pişirip soğutarak dağıtım tabağına alın ve üzerine ince kıyılmış maydanoz serpip limon suyuyla servis yapın.

Not: Yemeğin renginin güzel olması, patates vs. gibi malzemeyi bo-yamaması için barbunya fasulyeyi çekebileceği kadar suyla haşlayın.