



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA FASULYESİ

- 1/2 kg taze barbunya fasulyesi
- 3/4 su bardağı zeytinyağı
- 3 orta boy domates (kabukları soyulup, kuşbaşı doğranmış)
- 1 dolmalık biber (çekirdekleri temizlenip, 4-5 parçaya bölünmüş)
- 2 orta boy soğan (piyaz doğranmış)
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 kahve kaşığı şeker
- 3 su bardağı su
- 1 çorba kaşığı maydanoz (kıyılmış)

Barbunya fasulyelerini kabuklarından ayıklayarak, bol suda 20 dakika haşlayıp, suyunu süzdürünüz. Zeytinyağını bir tencerede orta ateşte kızdırınız. Dolmalık biberi ekleyip 2 dakika kadar sote ediniz. Sonra biberleri, bir delikli kepeçle suyunu süzdürerek, bir küçük tabağa çıkarınız. Tencerede kalan yağda, soğanları da 3-4 dakika, pembeleşinceye kadar kızartınız. Sonra tencereye domatesi, suyu ve tuzu ekleyerek kaynatınız. Karışım kaynar kaynamaz, haşlanmış fasulyeleri, şekeri ve sote edilmiş dolmalık biberi ekleyerek tencerenin kapağını kapatıp, orta ateşte 35-40 dakika kadar pişiriniz. Tencereyi ateşten aldıktan sonra üstüne, maydanozunu serpiniz. Yemeğinizi, soğuduktan sonra bir kayık tabağa aktararak, servis ediniz.

