



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI KURU BARBUNYA

400 gram kuru barbunya fasulyesi
300 gram soğan (3 büyük)
400 gram domates (3 büyük) ya da 3/4 kahve fincanı tuzsuz domates salçası
275 gram zeytinyağı (1 1/4 bardak)
150 gram havuç (2 orta)
4 ya da 5 bardak su
1 tatlı kaşığı toz şeker
Tuz

1 Bir tencereye bir - bir çeyrek bardak zeytinyağı ile, küçük kesilmiş 3 büyük soğan koyarak 7 - 8 dakika kadar kavurmalı, sonra bunlara; kazınmış ve meyilli olarak doğranmış 2 orta havuç koyarak, soğanları havuçları da 2 - 3 dakika kavurmalı, sonra da bunlara; soyulmuş ve küçük doğranmış 3 büyükçe domates ya da üç çeyrek kahve fincanı tuzsuz domates salçası, 4 - 5 bardak su, yarım çorba kaşığı tuz ile, 1 tatlı kaşığı toz şeker katarak kaynamaya bırakmalıdır.

2 Kaynayınca bunlara; 8 - 10 saat kadar soğuk suda ıslatılmış süzölmüş ve sonra da kaynar suya atılarak 20 dakika haşlanmış ve iyice süzölmüş 400 gram da kuru barbunya fasulyesi koyarak, tencerenin kapağını kapatmalı ve fasulyeler iyice pişmiş bir hal alıncaya kadar ortadan daha az kuvvetteki ateşte pişirmeli, soğuduktan sonra tabağa almalı ve servis yapılmalıdır.