



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANIZ FASÜLYESİ (MERİÇ EDİRNE)

Avrupa Birliği
Bulgaristan - Türkiye Sınır Ötesi İşbirliği Programı

500 gr. kuru fasulye
4 yemek kaşığı ayçiçek yağı
1 orta boy kuru soğan
2 adet yeşil biber
0,5 yemek kaşığı biber salçası
1 yemek kaşığı domates salçası
3 su bardağı su
1 çay kaşığı tatlı toz kırmızı biber
Tuz

Fasulyeler 1 gece önceden ılık suda bekletilir. Sonrasında haşlanarak kenara alınır.
Kuru soğan ve yeşil biber yemeklik olarak doğranır ve ayçiçek yağında kavrulur.
Biber salçası, domates salçası, tuz ve toz biber ilave edilerek kavrulmaya devam edilir.
Üzerine önceden haşlanan kuru fasulye ilave edilerek kısık ateşte kaynamaya bırakılır.
Kuru fasulyeler yumşayınca ocaktan indirilir.
Kuru fasulyeyi ocaktan indirdikten sonra isteğe bağlı olarak taze nane de ilave edip servis edebilirsiniz.

Not: Anız fasulyesi Trakya Bölgesinde buğday hasatından sonra buğday tarlasına eklen fasulye türüdür. Küçük ve lezzetli olması ile bölgede tanınır.