



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

BAKLA YEMEĐİ

Gölnur ÖZŞEKER

500 gr. bakla
300 gr. taze sarımsak
300 gr. kuşbaşı doğranmış et
1 yemek kaşığı biber salçası
1 yemek kaşığı domates salçası
2 lt. sıcak su
Tuz
1 fincan zeytinyağı
2 tane orta boy soğan

Kuşbaşı et tencerede kendi suyunu bırakıp tekrar çekinceye kadar kavrulur. Kavrulan etin üzerine zeytinyağı ve küçük doğranmış soğanlar ilave edilerek biraz daha kavrulur. Soğanlar yumuşayınca salça ve sıcak su eklenerek iyice pişirilir. Diğer tarafta baklalar yıkanıp ayıklanır. Ayıklanmış baklalar 2 cm. uzunluğunda doğranır. Sarımsaklar ayıklanarak beyaz kısımları enine 2 cm uzunluğunda doğranır. Pişen etin üzerine önce baklalar ilave edilerek yumuşayınca kadar pişirilir. Daha sonra sarımsaklar ilave edilerek pişirilir. Arzu edilirse sarımsaklı yoğurt ile servise alınır.

[ML® Sarımsaklı Bakla için tıklayın](#)

[ML® Sarımsaklı Bakla \(görsel\)](#)