



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAKLİYAT ŞÖLENİ

- 1 su bardağı yeşil mercimek
- 1 su bardağı nohut
- 1 su su bardağı kuru fasulye
- 1 çorba kaşığı salça
- 1 adet iri soğan
- 1 çay bardağı sıvıyağ
- 1 tatlı kaşığı tuz

Bakliyatlar ayrı ayrı haşlanır ve suyu süzülür. Soğan çentilir, sıvıyağda pembeleştirilir. Salça katılır, kokusu gidene kadar kavrulur. Sonra haşlanmış, suyu süzölmüş bakliyatlar, tuz ve 1,5 su bardağı su katılır. Kapak kapatılır ve bir taşım pişirilir.

