



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BOB ZAPURJENİ

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

1 ay bardađı un
1 diř sarımsak
1-2 yemek kaşığı yağ
Tuz
Yarım kg taze fasülye

Fasülyelerin kılçıklarını alıp yıkadıktan sonra tuzlu suda haşlıyoruz.Süzdükten sonra sıcakken dövölmüş 1 diş sarımsak, mısır ununu,tuzu ve yağı hemen karıştıyoruz.Az yağlanmış teflon tavada birer kat yuvarlak şekilde dizip bir tencere kapağı ile ters yüz ederek balık gibi pişiriyoruz. 2 seferde pişirin.

