



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ETLİ ARAKA BEZELYE

1,5 kg. araka bezelye
250 gr. koyun kuşbaşı et
2 çorba kaşığı margarin
1 orta boy havuç
1 orta boy ince doğranmış soğan
2 domates
tuz
3,5 su bardağı su
1 bağ dereotu
biraz karbonat

Bezelyeleri içinde yarım kahve kaşığı karbonat olan suda 3-4 dakika haşlayarak süzün. Havucu temizleyip ince ince doğrayın. Yağı bir tencede kızdırın, eti ilave ederek pembeleştirin, sonra soğanı 2 dakika çevirin, havucu, bezelyeyi, suyunu ve tuzunu katarak 1 saat 15 dakika pişirin, en son dereotunu ilave ederek ocaktan alın.

[ML® Fırında Tavuklu Bezelye \(görsel\)](#)
