



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ AYŞEKADIN FASULYESİ

750 gr ayşekadin fasulye
1 büyük soğan
125 gr yağ
300 gr kuşbaşı kuzu eti
2 büyük domates
1 çay kaşığı tuz
2+1/2 su bardağı et suyu

Yağın yarısını orta sıcaklıktaki ateş üstüne yerleştirilmiş bir tencerede kızdırınız. Etlere tencerede 5 dakika sote ettikten sonra, soğanını koyup 3 dakika daha sote ediniz. Ocağın altını kısip ağır ateşe alınız. Suyunu ekleyip yarım saat kadar pişiriniz.

Önce fasulyelerin uç taraflarını kesiniz. Sonra kılçıklarını ayıklayarak bol suda iyice yıkayınız. Suyunu bir kevgirle süzdükten sonra fasulyeleri bir tencereye koyup, kalan yağ ve kabukları soyulup çekirdekleri çıkarılarak dilimlenmiş domatesleri yerleştiriniz; tencerenin ağzını kapayarak 20 dakika kadar pişiriniz. Önceden hazırladığınız etleri fasulyeye ekleyip suyunu da koyduktan sonra, tencerenin kapağını tekrar kapatarak birbuçuk saat daha pişiriniz. Ateşten alarak suyunu süzünüz ve bir kayık tabağa alarak servis ediniz.