



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ BARBUNYA FASULYESİ

Malzeme :

500 gr. kuşbaşı et,
2 kaşık yağ,
2 baş soğan,
1 kaşık salça,
2 bardak barbunya fasulyesi,
1-2 adet kırmızı sivri biber,
tuz.

Yapılışı:

- 1- Eti bir tencereye koyup içine kıyılmış soğanı ve yağı ilave ediniz.
- 2- Orta hararetli ateşe koyup soğanlar hafif sarıncaya ve ette kendi bıraktığı suyu çekinceye kadar kavurunuz.
- 3- Sulandırılmış salçayı veya kabuklan soyulmuş ve fındık büyüklüğünde doğranmış domatesi koyup bir iki defa daha karıştırarak domatesi öldürünüz.
- 4- 5-6 bardak su koyup, akşamdan ıslanmış barbunyayı veya haşlanmış barbunyayı yıkayıp ilave ediniz.
- 5- Kırmızı biberleri yıkayıp barbunyay koyunuz.
- 6- Orta hararetli ateşte et ve barbunya taneleri iyice yumuşayınca kadar pişiriniz.
- 7- İnmesine yakın tuzu atıp bir iki taşım daha kaynatınız.
- 8- Yüze, yüz suyu kalarak ateşten alınız.
- 9- Servis tabağına boşaltıp sıcak olarak servis yapınız.

[ML® Tarçınlı Barbunya için tıklayın](#)