



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ ÇALI FASULYESİ

1250 gram çalı fasulyesi
100 gram sadeyağı, ya da margarin (5 çorba kaşığı)
250 gram soğan (3 orta)
200 gram koyun, ya da kuzu eti
300 gram domates (2 orta)
5 ya da 6 bardak su, ya da et suyu
Tuz

1 Bir tencereye, 5 silme çorba kaşığı sadeyağı, ya da margarin ile küçük doğranmış 3 orta baş soğan koyarak, soğanları ancak beş dakika kadar kavurmalı, sonra da bu soğanlara, dös tarafından kuşbaşı doğranmış 200 gram kuzu ya da koyun eti koyarak, et suyunu salıp tekrar çekinceye kadar arada bir karıştırmak suretiyle kavurmalı sonra da bu soğanlı etlere kabuğu soyulmuş ve küçük parçalara doğranmış 2 büyük domates, 2 tatlı kaşığı tuz ile yanlarının kılçıkları tıraş edilircesine alınmış ve ortalarından ikiye doğranmış ve bol suda yıkanmış 1250 gram çalı fasulyesi katarak, tencerenin kapağını kapatmalı ve fasulyeler hafifçe sarımsı bir renk alıncaya kadar aşağı yukarı 15-20 dakika kadar pişmeye bırakmalıdır.

2 Fasulyelerin renkleri sararınca, bunlara; 5 - 6 bardak da sıcak su veya et suyu ilâve ederek tekrar tencerenin kapağını kapatmalı, fasulye ve etler iyice yumuşak bir hal alıncaya kadar orta kuvvetteki ateşte pişirmeli ve servis yapılmalıdır.