



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## ETLİ KURU BEZELYE

750 gram yarı yağlı dana ya da koyun budunu alınız, ceviz büyüklüğünde doğrayıp tencereye koyunuz. Üzerine 2 soğan çentiniz, biraz sadeyağla kavurunuz; etler suyunu koyuverince bir kaşık un serpiniz. Pembeleşince orta ateşe çekiniz, akşamdan tatlı suda bırakılmış 1,5 kilo kuru bezelyeyi 1 kaşık domates peltesiyle içine atınız. Tuz ve baharat serpiniz, üstünü örtünceye kadar su koyunuz, kapalı olarak yavaş yavaş pişiriniz.

---