



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ KURU FASULYE

500 g kuşbaşı et
2 çorba kaşığı Sana
2 su bardağı fasulye
2 adet soğan
1-2 adet kırmızı ve yeşil sivri biber
3 adet domates veya 1 çorba kaşığı domates salçası

Eti bir tencereye koyup, içine kıyılmış soğanı ve Sana'yı ilave edin. Orta hararetli ateşe koyup, soğanlar hafif sararıncaya ve et de kendi bıraktığı suyu çekinceye kadar kavurun. Kabukları soyulmuş ve fındık büyüklüğünde doğranmış domatesi veya sulandırılmış salçayı koyup, 1?2 defa daha karıştırarak domatesi öldürün. 5-6 bardak su koyup, akşamdan ıslanmış veya haşlanmış fasulyeyi yıkayıp ilave edin. Kırmızı ve yeşilbiberi yıkayıp fasulyeye koyun. Orta hararetli ateşte et ve fasulyeleri iyice yumuşayınca kadar pişirin. İnmesine yakın tuzu atıp 1?2 taşım daha kaynatın. Fasulyelerin suyu yüzeylerine inince, ateşten alın. Servis tabağına boşaltıp, sıcak olarak servis yapın.

Not: Eti, soğanı, düdüklü tencerede öldürüp, fasulye ve suyu koyup, düdüklü tencerede de pişirebilirsiniz. O zaman suyu 2 bardak azaltmak lazımdır, fasulyeleri ya ıslatarak veya hafif haşlayarak kullanmak gerekir.

