



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ KURU FASULYE

500 gram kuşbaşı et  
500 gram kuru fasulye  
1 baş soğan  
4 olgun domates  
3 yeşil biber  
Kuru nane  
Tuz.

Fasulyeyi akşamdan ılık suda ıslatın. Biraz yumuşayınca kadar haşlayın. (10-15 dakika) Kuşbaşı eti, kızartma şartlarında 10-15 dakika pişirin. Sonra ince doğranmış soğanı ve fasulyeleri üzerine ilave edin. Kabukları soyulmuş domatesleri, taze biberleri, en üste gelecek şekilde doldurun. Tencerenin yarısından biraz fazlasına kadar su ilave edin. Kapağı kapatmadan önce 3-4 kaşık zeytinyağı koyun. Ocağı en kısık ayara getirin. 30-35 dakika pişirin. Tuzu ocağı kapadıktan sonra koyarsanız yemeğiniz daha lezzetli olacaktır.