



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ SOĞANLI TAZE FASULYE

1 kg. siğir kuşbaşı  
500 gr. küçük arpacık soğanı  
750 gr. taze fasulye  
6 adet yeşil biber  
125 gr. margarin  
Tuz  
Karabiber  
Maydanoz  
Dereotu  
Nane

Kuşbaşı doğranmış siğir etini margarinle birlikte harlıca ateşte ve tencerenin içerisinde biraz çevirin. Bir süre böğürttükten sonra tuzunu, karabiberini koyup üç çay bardağı su ilâve edin. Tencerenin kapağını da kapayıp, bir süre kaynatın. Biraz suyunu çektikten ve biraz piştikten sonra, içerisine ayıklamış olduğunuz taze fasulyeleri, ince ince doğradığınız yeşil biberleri (biberler dolmalık da olabilir, sivri de. Ama sivri olursa Arnavut biberini tercih edin ki acı olmasın), kabuklarını soyduğunuz küçük (arpacık) soğanları içine atın, yeteri kadar sıcak su ekleyin ve iyice pişmesi için yeniden ateşe koyun. İndireceğinize yakın içine maydanozunu, nanesini ve dereotunu da koyun, ateşten indirdikten sonra servis yapacağınız zaman, bu güzel yemeğin üzerini, çiğ dereotu ve kuru naneyle de süsleyebilirsiniz.