



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ TAZE BAKLA

750 gr taze bakla
3,5 çorba kaşığı margarin
200 gr kuzu eti
1 orta boy soğan
1 su bardağı et suyu
1/4 çorba kaşığı toz şeker
1 tutam tuz karabiber
1/2 limon

Baklaların uçlarını ve kılıçıklarını temizleyip limonlu su dolu bir kap içine atın bir tencereye margarin soğan et ve tuzu koyun soğanlar ölüncüye kadar arada bir karıştırarak 20-25 dk pişirin tencereyi ateşten indirin pişen etleri orta boy bir tencerenin ortasına topluca yayın etlerin etrafına baklaları döşeyin su ve şekeri katın ıslatılmış yağlı kağıdı üstlerine örtüp tencerenin kapağını kapatın baklalar sularını çekip yumuşayana kadar kuvvetli ateşte yaklaşık 1,5 saat pişirin tencerenin üzerine bir tabak kapatarak tencereyi altüst edip baklaları tabağa alın servis yapın.