



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ TAZE FASÜLYE

1250 gram Ayşekadın veya çalı fasülye
3 soğan
200 gram kuşbaşı koyun eti
2 orta domates
5 çorba kaşığı (silme) tereyağı
biraz tuz
5 - 6 bardak sıcak su

Tencereye yağı, ufak ufak doğranmış soğanları koyup, 4-5 dakika kavurduktan sonra eti ilâve ediniz. Etlar saldıkları suyu çekinceye kadar kavurunuz. Arada bir de karıştırınız. Sonra kabuklarını çıkardığınız domatesleri yıkanmış temizlenmiş fasülyelerle birlikte ilâve ediniz.

Fasülyeler sarımtırak bir renk alıncaya kadar 20 - 25 dakika pişiriniz. Sonra sıcak suyu ilâve ederek kapağını kapatıp sebze ve etler iyice yumuşayınca kadar orta ateşte pişiriniz. Sıcak sıcak servis yapınız.