



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## FASULYE BASTISI

Milli Eğitim Bakanlığı  
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi  
Ankara 2006

500 g taze fasulye  
250 g yağlı kuşbaşı koyun eti  
1 çorba kaşığı tereyağı  
2 domates  
1 iri soğan  
1 çorba kaşığı un  
2 su bardağı etsuyu  
1 tatlı kaşığı tuz

Fasulyeler kılıçklarından ayıklanır, doğranır, yıkanır, un, limon suyu ve tuzlu suya atılır.  
Et soğanla kavrulur. Domatesler enine bölünerek tencerenin dibine dizilir.  
Etin bir kısmını tencerenin ortasına toplayarak çevresine fasulyeler dizilir, tuzu ve suyu eklenir.  
Kapağı kapalı olarak yumuşayınca kadar pişirilir.

---