



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FASULYE DEMETİ

300 gr taze fasulye
3 diş sarımsak
6 dilim pastırma (yağsız ve çemensiz)
2 dal taze kekik
Karabiber
Yarım çay kaşığı karbonat

Taze fasulyeleri ayıklayın ve uzunlamasına ikiye bölüp karbonat eklediğiniz suda hafifçe haşlayın. Sarımsakları ince ince kıyıp üzerine hafif haşladığınız taze fasulyeleri ekleyip hafifçe kavurun. Ocaktan almaya yakın taze kekik, tuz ve karabiberi ekleyip karıştırın.

Taze fasulyeleri 6 demete ayırın. Her demeti bir dilim pastırma ile bağlayın.

Hafif yağladığınız fırın kabına dizin. Önceden ısıtılmış 200 dereceye ayarlı fırında 5 dakika kızartın ve sıcak servis yapın.

Not: İsterseniz sarımsağı ve fasulyeleri kavurduğunuz sırada, çok az miktarda zeytinyağı ekleyebilirsiniz.

