



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## FASULYE YOĞURTLAMASI

4 kişilik  
Yarım kg taze fasulye  
1 su bardağı süzme yoğurt  
4 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı tereyağı  
Kırmızı biber  
tuz

Fasulyeleri ayıklayıp, yıkayalım. 3'e bölelim. Çok az suda haşlayalım. Delikli kepçe ile tencereden alıp soğutalım. Yoğurdu ezelim. Fasulyelerin haşlama suyu ile yoğurdu sulandıralım. Fasulyelere ilave edelim. Sarımsakları da dövüp, ekleyelim. Tereyağını küçük bir tavada eritem. Kırmızı biberi yağa ilave ederek, hafifçe yakalım. Yemeğin üzerine gezdirip hemen servis yapalım. (Soğuk ikram edilir.)

[ML® Fasulye Çerplemesi için tıklayın](#)

[ML® Fasulye Çerplemesi \(görsel\)](#)