



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FASULYELİ ŞİVEYDİZ

Ömür Akkor

1 kilo taze fasulye
Yarım kilo kuzu kuşbaşı
10 yemek kaşığı Komili natürel sızma zeytinyağı
1 kase haşlanmış nohut
4 su bardağı su
1 kilo süzme yoğurt
2 yemek kaşığı un
1 adet yumurta
Haspir
Karabiber
Kaya tuzu

Fasulyeleri ayıklayıp önce uzunlamasına ikiye sonra da ortadan ikiye kesin.
Kuzu etini 4 yemek kaşığı Komili zeytinyağı ile ilk önce hızlı, daha sonra kısık ateşte kavurmaya başlayın.
10 dakika sonra suyunu, tuzunu karabiberini ilave edin ve yaklaşık 45 dakika pişmeye bırakın.
45 dakika sonra fasulyeleri ve nohutları ilave edip 30 dakika daha pişirmeye devam edin.
Yemeğiniz pişmeye yakın, başka bir tencereye yoğurdu koyun.
Üzerine unu ve yumurtayı ekleyip iyice çırpın.
Yoğurdu biraz ılıklaştırmak için yemekten 2 kepçe kaynayan suyu yoğurda ilave edip tencereyi ocağa koyun.
Tencerenin altını kısık ateşte açın ve kaynayana kadar hep karıştırarak pişirin.
Yoğurt iyice ısınınca iki tencerenin de altını kapatın.
Yoğurdu fasulyeli tencereye ağır ağır ekleyip karıştırın.
Yemeğin üzerine bir tutam haspir gezdirin ve yemeği dinlenmeye bırakın.
Bir tavada Komili zeytinyağının kalanını güzelce ısıtıp tencereye ekleyin ve birkaç kez karıştırıp servis edin.

