FUL NABED (TUNUS)

https://www.lezzetsirri.com

Bakla ve Sebze Çorbası

1/2 kg. kuru bakla
2 baş soğan
2 diş sarımsak
5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı kimyon
2 tatlı kaşığı toz kırmızıbiber
1 tatlı kaşığı toz acı kırmızıbiber
2 defne yaprağı
1 büyük havuç
2 orta boy domates
1 litre sebze suyu
1 demet maydonoz
3 çorba kaşığı limon suyu
taze çekilmiş karabiber
8-10 adet taze nane yaprağı
tuz

Baklaları düdüklü tencerede 20-25 dakika iyice pişinceye kadar haşlayın. Düdüklü tencereniz yoksa, baklaları bir gece evvelden soğuk suyla ıslatarak ertesi gün iyice pişinceye kadar haşlayın. Soğanları ince ince kıyın. Sarımsakları dövün. Domatesleri küçük küçük doğrayın. Maydanozu ince ince kıyın. Havucu ince yuvarlak dilimler halinde doğrayın. Büyük bir tencereye zeytinyağını koyup kızdırın. İçine soğanları ve sarımsakları atarak, soğanlar saydam bir görünüm alıncaya kadar kavurun. Havuçları, kimyonu, defileleri, tatlı ve acı kırmızı biberi ilave ederek 5 dakika orta ateşte karıştırarak pişirin.
Tencereye doğranmış domatesleri ve sebze suyunu ilave edin. Ateşi kısarak 15 dakika havuçlar yumuşayıncaya kadar kaynamaya bırakın.
Haşlanmış baklaları, kıyılmış maydanozu, limon suyunu, tuzu ve karabiberi ilave ederek 5 dakika daha hafif ateşte kaynatın. Taze nane yapraklarını üstüne serperek sıcak sıcak yanında pide ile servis yapın.

ML® Ful için tıklayın

© lezzetler.com tarif no:39430 • adı:Ful Nabed (Tunus) • gönderen:Saadet • indirme tarihi:02.05.2024 - 19:20