



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

GÜZ FASÜLYESİ

300 gr kuru fasülye
1 adet tavuk göğüs eti
1 adet kuru soğan
2 diş sarımsak
1 çay kaşığı zerdeçal
1 çay kaşığı tatlı kırmızı biber
1 çay kaşığı kimyon
1 çay bardağı sıvıyağ
2 çay kaşığı tuz
2 su bardağı sıcak su

Kuru fasülye, düdüklü tencerede haşlanır ve suyu süzülür. Sıvıyağın yarısı tencereye konur, ısınınca kuşbaşı doğranmış tavuk göğsü atılır, 10 dakika kavrulur. Sonra ince kıyılmış soğan eklenir, şeffaflaşana kadar pişirilir. Kıyılmış sarımsak, zerdeçal, kimyon, toz biber ve tuz eklenir. Hemen sonra haşlanmış kuru fasülye eklenir. Bir kaç dakika sonra su katılır. Kapak kapatılır, 15 dakika pişirilir.