



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABUKLU FASULYE (ZONGULDAK)

Zonguldak Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Yaz mevsiminde taze fasulyeler kışa hazırlık için ince ince kırılır ve güneşe dikilir, kurutulur. Kışın yemeği yapılır. Kurutulmuş olan fasulyeler temizlenir, yıkanır ve haşlanır (kaynar suya atılır) Fasulyeler pi ince içine yıkanmış olduğumuz mısır taneleri atılır. İkiisi birlikte yarım saat orta ateşte pişirilir. Tavada salça biber, ve soğan kavrulur. Pi en yemeğin üstüne bu ya  dökülür.

  lezzetler.com tarif no:39766 • adı:Kabuklu Fasulye (Zonguldak) • gönderen:Saadet • indirme tarihi:08.05.2025 - 19:29