



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KESTANELİ SICAK FASULYE SALATASI

<https://www.elele.com.tr>

500 gr Fransız fasulyesi
4 yemek kaşığı zeytinyağı
150 gr arpacık soğan
2 diş sarımsak
1 su bardağı soyulmuş kestane (kullanıma hazır)
2 yemek kaşığı soya sosu
Susam

Fasulyeleri buharda haşlayın. Susamları tavada kavurup soğumaya bırakın. Arpacık soğanların kabuklarını soyup zeytinyağı ile birlikte tavaya alın. Kısık ateşte soğanlar hafif kızarıncaya kadar pişirin. Sarımsakları ince dilimleyerek ekleyin. Fasulye ve kestaneleri ekleyip yüksek ateşte birkaç dakika soteleyin. Soya sosunu ekleyip 1 dakika sonra ocaktan alın. Servis tabağına aktarip üzerine kavrulmuş susamları serpiştirin.

