



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIYMALI TAZE FASULYE (AFYONKARAHİSAR)

Afyonkarahisar İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

- 500 Gr Taze Fasulye
- 1 Adet Kuru Soğan
- 2 Diş Sarımsak
- 50 Gram Dana Kıyma
- 1 Yemek Kaşığı Domates Salçası
- 1 Adet Domates
- 100 Ml Zeytinyağı
- 1 Çay Kaşığı Toz Kırmızı Biber
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- 1 Çay Kaşığı Karabiber

Taze fasulyeleri yıkayıp ayıkladıktan sonra ikiye ya da üçe bölün.

Bir tencereye zeytinyağını alın ve yağ kızdıktan sonra, içerisine küp küp doğradığınız kuru soğanı ilave ederek pembeleşinceye dek kavurun.

Ardından ince ince doğradığınız sarımsakları ve kıymayı ekleyin, kıymanın rengi dönene dek kavurmaya devam edin.

Salçayı ilave edin ve yaklaşık 2 dakika daha kavurduktan sonra, küp küp doğradığınız domatesi ekleyin.

Son olarak taze fasulyeleri ilave edip, kapağı kapalı olarak 5 dakika orta ateşte bırakın.

Böylece fasulyeler sularını bırakacaklar ve yumuşayacaklar.

Sonra sıcak suyu ve baharatları ilave edip, bir taşım daha kaynatın ve kısık ateşte yaklaşık 45-50 dakika pişmeye bırakın.

Piştğinde ocaktan alıp sıcak sıcak servis edin.

