



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU FASULYE

Sakarya İzci Grubu Yemek Kitabı

1 kg kuru fasulye
320 g salça
1 soğan
1/2 bardak mısırözü yağı
Tuz
Şeker
Baharat

Fasulyeler pişirilmeden önce 16 saat kadar suda bekletilir.

Fasulye su oranı: bire iki

Daha sonra, gerekirse su ilave edilerek, haşlanır. Bu sırada suyun üstünde oluşan köpüğümsü tabaka (gazın kaynağı) kepçe yardımıyla alınır. Atlanmaması gereken bu işlem köpük bitene ve fasulye yenecek (leblebiden biraz daha yumuşak) kıvamına gelene kadar devam eder.

Kalan su süzülür. Fasulyeler sudan geçirilir.

Daha sonra kullanılmak üzere, 1/2 tencere su ısıtılır, eğer sıcak su isteyen başka bir yemek daha pişirilecekse, 1 büyük tencere su ısıtılır.

Soğanların kabuğu soyulur, dıştaki yeşil katmanlar kesilerek atılır. Daha sonra soğanlar rendelenir; rende yoksa soğanlar mümkün olduğu kadar küçük şekilde küp küp doğranır.

Yemeğin pişirileceği tencereye (tencerenin içi kuru olmalı) yağ konur, sıçramayı engellemesi için bir tutam tuz atılır. Tencere ateşe konur.

Yağ kızdıktan sonra, soğanlar ve soğan sayısının 4 katı kadar küp seker atılır. Karıştırılarak pişirilir.

Soğanlar pembeleşince -yani kahverengi olmadan- tencere ateşten alınır, salça ilave edilir, iyice karıştırılır, tencere tekrar ateşe konur. Karıştırılarak pişirilir.

Salça pişince (sos kıvamına gelip buhar kabarcıkları çıkmaya başlayınca) tencere ateşten alınır.

Fasulyeler, tuz ve istenirse baharat eklenip karıştırılır. Yemeğin üstünü kapatıp 3-4 parmak geçecek kadar, önceden ısıtılmış su ilave edilir. Tencere tekrar ateşe konur.

Dibi tutmasın diye ara sıra karıştırılarak, tencerenin kapağı kapalı olarak pişirilir. Fasulyelerin yenecek kıvamına gelmesine yakın, yemeğin hala çok suyu varsa kapak açılarak suyu çektirilir.