



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU FASULYELİ ÇERKEZ TAVUĞU

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

1 adet küçük boy tavuk
2 su bardağı kuru fasulye
4 çorba kaşığı zeytinyağı
1 su bardağı ceviz
8 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı
Tuz
Karabiber
1 tatlı kaşığı kırmızıbiber

Fasulyeleri akşamdan ıslatın ve ertesi gün haşlayın. Tavuğunuzu bir su bardağı su ile haşlayın. Haşlanan tavuklarınızın etlerini elinizle didikleyerek iyice parçalayın. Haşlanmış kuru fasulyeleri, zeytinyağı, baharat, sarımsak ve cevizle beraber mutfak robotunda püre haline getirin. Tavuk etleri ve kuru fasulyeleri iyice karıştırın. Üzerine ceviz serpererek servis yapın.

