



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PİKNİK BARBUNYASI

2 kilo barbunya
2 soğan
2 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı zeytinyağı
2 çorba kaşığı şeker
1 limon

Barbunyayı akşamdan ıslatın. Sabah suyunu döküp rendelenmiş soğanla birlikte tencerede zeytinyağında kavurun. 5 dakika kavrulunca üzerine salçasını ekleyip karıştırın. İstenirse rendelenmiş domates de ekleyebilirsiniz. Suyunu üzerini geçmeyecek kadar ekleyin ve kapağı kapalı olarak kısık ateşte 40 dakika pişmeye bırakın. Barbunyalar pişince soğumaya bırakın. Servis yaparken limon suyu sıkıp soğuk olarak servis edin.