



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PİLAKİ (VEJETARYEN)

Vejetaryen Türk Mutfağı
Kültür ve Turizm Bakanlığı

1/2 kg kuru fasulye
3 büyük soğan ve 3 büyük domates
1/2 bardak zeytinyağı
1/2 tatlı kaşığı tuz
2 tatlı kaşığı şeker
2 bardak su
Yarım demet maydanoz

Kuru fasulyeyi gecedan beş bardak suda (2 bardak sudan ayrıca olarak) ıslatın. Aynı suda fasulyeler yumuşayana kadar haşlayın ve süzgece alın. Haşlanmış suyu dökün. Soğanları doğrayıp yağı ekleyerek tencereye koyun ve soğan pembeleşene kadar pişirin. Soyulmuş, çekirdekleri çıkarılmış domatesleri doğrayıp soğanlara ekleyin, iyice yumuşayana kadar pişirin. Sonra yarı pişmiş fasulyeyi, şekerini, tuzu ve suyu ekleyerek orta hararete yarım saat kadar veya fasulyeler iyice pişene kadar pişirin ama fasulyelerin iyice erimemesi gerekir. Oda sıcaklığında servis edilir.