



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SULTANİ BEZELYE YEMEĞİ

500 gram sultani bezelye

1 adet kuru soğan

1 adet iri domates

5 diş sarımsak

Sıvı yağ

Kırmızı toz biber

Tuz

Sultani bezelyeler yıkanır, başı ve sonu kesilip kılçıklarından ayklanır.

Soğan ve sarımsak ince doğranır bir tencereye aktarılır biraz kavrulur.

Üzerine sıvı yağ eklenir, biraz daha kavrulur, kabukları soyularak küçük küp şeklinde doğranmış domates, tuz ve kırmızı toz biber eklenir.

Ayıklanmış sultani bezelyeler de eklenir, biraz karıştırılıp tencerenin kapağı kapatılır, pişmeye bırakılır.

Pişince bir süre dinlendirilir ve sıcak ya da ılık servis edilir.

