



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU KURU FASULYE

MALZEMELER

100 gr kuru fasulye (3 çay bardađı)

50 gr. yađsız tavuk eti

1 adet sıvrı biber

1 tatlı kaşığı salça

2 tatlı kaşığı zeytinyağı

İnce doğranmış soğan ve tavuk zeytinyağında dűřük ısıda kavrulduktan sonra salça ilave edilip birkaç kez karıştırılır. Et piştikten sonra üzerine biraz su eklenir. Bir gün önceden ıslatılıp ayrı bir kaptaki haşlanan 1/4 orta boy soğan kuru fasulye eklenir Biber ve tuz ilave edilip kısık ateşte 10 dakika pişirilir.
