



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

TAZE BAKLA HAŞLAMASI (DİYET)

150 gr bakla
1/2 soğan
1/2 kaşık tereyağı
1/2 limon 4 bardak su

Bakla temizlendikten ve yıkandıktan sonra bir tencerede, bol suda 10 dakika haşlanır. Tencereden alınan bakla, suyu süzöldükten sonra, bir başka tencereye konur. Yarım kaşık tereyağı, ince kıyılmış yarım soğan ve malzemeyi örtecek kadar suda pişirilir. Suya yarım limon sıkılır. Bakla tenceredeki suyu tamamen çektikten sonra tabağı alınır, yenir.