



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE FASÜLYE KAVURMASI

Mehtap Aynacı

Yarım kilo taze fasülye
Bir ortaboy patetes
1 adet havuç
2-3 diş sarımsak
Tuz
Zeytinyağı

Ayıklanmış ve ortadan 2'ye yada 3'e kırılmış, yıkanmış taze fasülyeleri, kızartmalık şekilde doğranmış patatesleri ve aynı şekilde doğranmış havuçları tuzda eklediğimiz suda haşlıyoruz (annem bunu normalde sadece taze fasülye ile yapar öylede güzel olur). Fasülyenin rengi değişince bir miktar daha haşlanır. Bir tane alıp kenarda pişip pişmediğini kontrol edebilirsiniz. Daha sonra makarna süzgecinde süzüyoruz. Boşalan tencereye bi miktar zeytinyağı ile arzu ettiğiniz miktarda sarımsağı (2-3 diş yeterli normalde) doğrayarak hafif kavuruyoruz. Üzerine haşlanmış sebzelerimizi koyup biraz çeviriyoruz (sarımsakları yakmadan). Bu kısımda bi miktar damak tadınıza göre tuz ekleyebilirsiniz.