



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAZE FASULYE SİLKMESİ

Aile sofrası için iki kilo taze fasulye ve bunun için, yarım kilo da biraz yağlı koyun göğsünden alınız.

Fasulyeleri, bilinen şekilde ayıklayınız. Kesip hazırlayınız.

Küçük, kuşbaşı doğrayacağınız etleri çentilmiş bir kaç soğanla birlikte bir tencere de yağda, orta derecede kavurunuz. Fasulyeleri de bu tencereye koyunuz. Üzerine birkaç taze domates de doğrayınız. Tuzunu ve biberini serpiniz.

Et suyunuz varsa ne âlâ. Yoksa, su doldurup mutedil ateşte; zaman zaman kontrol ederek ve tencereyi silkerek pişirmelidir.