



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TAZE FASULYE SOTE

1 kg taze fasulye  
½ kahve kaşığı karbonat  
2 çorba kaşığı tereyağı

Fasulyelerin uçlarını kopartıp, kılıçıklarını keserek ayıklayın ve mümkün olduğunca ince dilimleyin. Yıkadıktan sonra içinde ½ kahve kaşığı karbonat bulunan bol kaynar suda 4-5 dakika kontrol ederek haşlayın ve hemen üzerine soğuk su akıtarak soğutun. Servis edeceğiniz zaman kaynar suda 2 dakika ısıtıp süzdürün. Bir çorba kaşığı tereyağında bir dakika sote yapıp servis edin.

---