



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TAZE FASULYENİN DONDURULMASI

Taze, körpe ve kılçıksız fasulyeleri iyice yıkayıp suyunu süzmeli ve 3-4 dakika haşlamalı. Sonra temiz soğuk suyla soğutup tekrar süzmeli ve bir kavanoza doldurmalı. Ağız kısmı 2 cm. kadar boş kalacak şekilde doldurulmuş kaba sıkıca kapayıp hemen dondurucuya koymalı.

---