



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL FASULYE KAVURMASI (ÇORUM)

700 gr. taze yeşil fasulye
2 diş sarımsak
3 çorba kaşığı zeytinyağı
2 adet yumurta
1 çorba kaşığı ince kıyılmış maydanoz
50 gr. tulum peyniri
1 çay bardağı süt
Yeterince tuz

Fasulyeleri yıkayıp ayıklayınız. Tuzlu suda tencerenin ağzı kapalı olarak 5 dakika kadar haşlayınız. Eğer tencerenin ağzı açık olarak haşlarsanız fasulyelerin rengi sararır. Yeşil olması için kapağı kapalı tutmalıdır. Suyuna biraz sirke atarsanız sararmasını daha da kesin olarak önleyebilirsiniz. Haşlanan fasulyelerin suyunu süzünüz. Bir tencerede çok ince çentilmiş sarımsakla haşlanmış fasulyeleri karıştırıp üzerine zeytinyağı döküp, bir iki dakika harlı ateşte çeviriniz. Ateşten alıp ince kıyılmış maydanozları ekleyiniz. Bu ara yumurtaları kırıp çırpınız.

Bir çay bardağı sütün içine karıştırıp içine ufalanmış peyniri ilave ediniz. Hepsini çırpıp bütünleşiriniz. Dibi yuvarlak bir tencereye sarımsaklı fasulyeleri koyup üzerine yaptığınız yumurtalı süt karışımını dökünüz. Çok harlı ateş üzerinde yumurtalar katlaşıp fasulyeleri sararana kadar karıştırarak kavurunuz. Hemen sıcak sıcak ikram ediniz.