



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURTLU BARBUNYA

1 kg. taze barbunya
2 adet kuru soğan
2 su bardağı yoğurt
1 çorba kaşığı krema
3 diş sarımsak
1 çay bardağı zeytinyağı
3 adet kesme şeker
Tuz
Kırmızı biber
Maydanoz

Barbunyaları haşlayıp süzelim. Soğanları rendeleyip zeytinyağında soteleyelim. Haşlanmış barbunyayı, kesme şekerleri ve tuzu ekleyerek hiç su eklemeyen kendi suyu ile kısık ateşte kavuralım. Servis tabağına alıp, soğutalım. Yoğurdu, dövülmüş sarımsakları, kremayı bir kapta iyice karıştıralım. Yoğurttan 2 çorba kaşığı alıp barbunyanın içine karıştıralım. Kalan yoğurt ile üzerini kaplayalım. Kırmızı biber ve ince kıyılmış maydanozla süsleyip, servis yapalım.

