



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI AYŞEKADIN FASULYE (İSPANYA)

Kullanılacak malzeme (4 kişi için):

750 gram ayşekadın fasulye,
2 diş sarımsak,
1 kahve kaşığı kırmızı biber,
1/2 bardak zeytinyağı,
1 tutam merzengüş otu,
yeteri kadar tuz.

Yapımı: Ayşekadın fasulyenin iki uçlarıyla kılçık diye anılan yanlarındaki ipliksi yerleri temizlemeli. Sonra bunları iyice yıkamalı ve içinde iki çorba kaşığı tuz bulunan yarım tencere kaynar suyun içine atıp haşlamalı. Fasulyeler diriliğini kaybetmeyecek kadar haşlandıktan sonra bunları bir kevgirle tencereden çıkarıp iri delikli bir süzgece koymalı. Tenceredeki suyu ise bir kenarda saklamalı.

Bir başka tencereye zeytinyağını koyup ateşe oturtmalı. Kabuğu ayıklanmış iki diş sarımsağı da tüm olarak zeytinyağına atıp yağı kızdırmalı. Sarımsak kızarınca tencereyi ateşten indirip yağı ılıyacak kadar soğutmalı. Bir kevgirle sarımsakları çıkarıp attıktan sonra yağın içine kırmızı biberi serpmeli ve tencereyi ateşe oturtmalı. Fasulyenin içinde kaynadığı tuzlu sudan da bir bardak kadarını kattıktan sonra tenceredekileri kaynatmalı. Tenceredeki yağlı su kaynamaya başlayınca fasulyeleri tencereye atmalı ve bunları suyunu çekinceye kadar pişirmeli. Fasulye sadece zeytinyağıyla kalınca tencereyi ateşten indirip bir kenarda soğumaya bırakmalı. Sonra tenceredeki yemeği bir servis tabağına aktarmalı ve soğuk olarak servis yapmalı.

[ML® Zeytinyağlı Yeşil Fasulye için tıklayın](#)