



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA FASULYESİ

<https://cook.com.tr>

Domates 4 Adet
Sızma Zeytinyağı 3 Çorba Kaşığı
Sofra Tuzu 1 Çay Kaşığı
Toz Şeker 1 Çorba Kaşığı
Kırmızı Biber 1 Adet
Fasulye Barbunya 1 Kilogram
Havuç 1 Adet
Sarımsak 2 Diş
Soğan 1 Adet

1 Kg. ayıklanmış barbunya fasulyesi, kara suyunu akıtmak amacıyla, bol suda haşlanıp, kararan haşlama suyu dökülür. Daha sonra, 1 adet soğan küp küp doğranıp zeytinyağında pembeleşinceye kadar kavrulur. Minik minik doğranmış sarımsaklar eklenip soğanla birlikte biraz kavrulur. Daha sonra sırasıyla, küçük küçük doğranmış havuç, kırmızı çarliston biber ve rendelenmiş domates de ilave edilip biraz daha kavrulur. Domatesler suyunu çekince daha önceden haşlanmış barbunya fasulyesi tencereye alınıp, üzerine 2,5 su bardağı su ilave edilir. 1 çorba kaşığı toz şeker ve 1 tutam tuz da ilave edildikten sonra, kısık ateşte yaklaşık 35 - 40 dakika pişirilir. Soğuduktan sonra üzerine küçük doğranmış maydanoz ile süs yapılır.

