



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA FASULYESİ

1 kg. barbunya (taze)
2 adet soğan
2 adet havuç
1 çay bardağı zeytinyağı
2 adet domates
Tuz
Maydanoz

Barbunyanın içini çıkarıp yıkayınız.

Üstünü örtecek kadar suyla 1 taşım kaynatınız.

Ateşten alıp boyalı suyu süzünüz.

Bir tencereye yağı, doğranmış soğanı, kazınmış 4'e ayırıp 1 cm.'lik verev parçalara doğranmış havucu koyunuz.

Ateş üzerinde hafif öldürölüp kabukları soyulmuş fındık büyüklüğünde doğranmış domatesi ilave edip hafifçe kavurunuz.

3 bardak suyu ve haşlanmış barbunyaları ilave ediniz.

Orta hararetili ateş üzerinde barbunyalar yumuşayınca kadar pişiriniz.

Suyunu çekerse kafi miktar sıcak su ilave ediniz.

İnmesine yakın tuzunu ilave ediniz.

Kafi miktar sulu olarak ateşten alınız. (Yüze yüz suyu kalması normaldir çünkü soğuma esnasında bünyesine su alır.)

Servis tabağına boşaltıp üzerine maydanoz serpip servis yapınız.

[ML® Zeytinyağlı Bezelye için tıklayın](#)