



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA

1,5 kilo taze barbunya
1 bardak zeytinyağı
4 dolmalık biber
2 adet soğan
3 adet domates
1 kaşık şeker
Tuz

Kabukları ayıklanmış barbunya haşlanır, süzülür. Zeytinyağı bir tencereye konur, soğan ince ince dilinip yağda öldürülür. Domates ve dolmalık biber ilâve edilip biraz kavrulur, tuz, şeker ve barbunyadan sonra üç bardak sıcak su konur ve bir saat pişirilir. Soğuduktan sonra, sofraya getirilir.