



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA FASULYESİ

1 kg taze barbunya  
5 domates  
2 çarliston biber  
4 soğan  
4 diş sarımsak  
1 tatlı kaşığı tozşeker  
1 çay bardağı zeytinyağı  
2 su bardağı su  
Yarım limon suyu  
4-5 dal maydanoz  
Tuz  
Pulbiber

Barbunyaları ayıklayıp yıkayın. Domateslerin kabuklarını soyup küp şeklinde doğrayın. Çarliston biberlerin çekirdekli kısımlarını çıkarıp ince ince doğrayın. Soğanları kıyın, sarımsakları ezin. Maydanozu yıkayıp ince ince kıyın. Zeytinyağını tencerede ısıtıp soğan ve sarımsağı pembeleştirin. Çarliston biberi ekleyip kavurun. Domatesi ilave edin ve koyulaşınca kadar pişirin. Barbunyaları ekleyip karıştırın. 2-3 dakika kapağı kapalı olarak pişirin. Su, limon suyu, tuz ve tozşekeri ilave edip kapağını kapatın. Barbunyalar yumuşayınca kadar pişirin. Ateşten alıp üzeri kapalı olarak ılınmaya bırakın. Servis tabağına alıp pulbiber ve maydanoz serpin. Servis yapınca kadar buzdolabında bekletin.

Not: Zeytinyağlı yemekleri hazırlarken, yağ miktarının yarısını pişirme esnasında kullanın. Yemek ılınınca kalan yağ üzerine gezdirerek dökün. Kapağı kapalı olarak soğutun. Çok daha lezzetli olduğunu ettireceksiniz.