



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA

- 1 kg barbunya
- 1 ay bardağı zeytinyağı
- 2 adet havuç (küp doğranmış)
- 3 adet domates (küp doğranmış)
- 2 adet soğan
- 1 lt kaynamış su

Yemeklik doğranmış soğanları zeytinyağında kavurun.Havuçları ekleyip kavurmaya devam edin.Domatesleri de ekleyip ezilene kadar pişirin.Barbunyayı ekleyip 3-5 dakika karıştırın.1 lt kaynamış suyu,şeker ve tuzu ilave edip barbunyalar yumuşayana kadar pişirin.