



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA

- 2 kilo dondurulmuş barbunya
- 2 soğan
- 2 çorba kaşığı salça
- 3 sivri biber
- 3 diş sarımsak
- 2 havuç
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- 1 çorba kaşığı şeker
- 1 limon

Barbunyayı akşamdan ıslatın. Sabah suyunu döküp rendelenmiş soğanla birlikte zeytinyağında kavurun. 5 dakika kavrulunca üzerine salçasını, sarımsağını, havuçları, biberini ekleyip karıştırın. İstenirse rendelenmiş domates de ekleyebilirsiniz. Suyunu üzerini geçmeyecek kadar ekleyin ve kapağı kapalı olarak kısık ateşte 40 dakika pişmeye bırakın. Barbunyalar pişince kıyılmış maydanozu ekleyip soğumaya bırakın. Servis yaparken limon suyu çok yakıştığından üzerine sıkıp soğuk olarak servis edebilirsiniz.