



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA

Malzeme:

- 1 kg Bizim Barbunya
- 2 adet domates
- 2 adet soğan
- 2 diş sarımsak
- 2 çorba kaşığı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı
- 2 çay kaşığı Tuz
- 3 adet küp şeker

Barbunyayı sıcak suda 15 dakika haşlayıp süzün. Tencerenin içine sarımsakları ince ince doğrayın. Zeytinyağını da üzerine ekleyerek kısık ateşte kavurun. Domatesleri küp şeklinde doğrayıp tencereye ilave edin. Soğanların kabuklarını soyup parçalamadan bütün olarak tencereye alın ve üzerine barbunyalari, tuzu ve şekerini ilave edin. 5 dakika kavurduktan sonra malzemelerin üzerini iki parmak geçecek kadar ılık su ilave edin. 45 dakika kısık ateşte pişirin. Oda sıcaklığında bekletip ılık ya da soğuk olarak servis yapın.