



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI İÇ BAKLA (GİRİT)

THY Skylife

500 g iç bakla
50 g taze soğan
1 havuç
30 g zeytinyağı
1 çay kaşığı toz şeker
2 diş sarımsak
1 çay kaşığı tuz
1 çorba kaşığı ince kıyılmış dereotu
1 çorba kaşığı un
½ limon suyu

İç baklaların dış kabukları çıkartılır. İnce julyen doğranmış havuçlar ve sarımsak zeytinyağı ile beraber tencerede sotelenir. Ayrı bir kapta un ile limon suyu, iki su bardağı su ile karıştırıp sotelenen karışımın üstüne dökülür. Baklaları, taze soğanı, tuzu ve şekerini de ekledikten sonra kaynatılıp pişirilir ve piştikten sonra soğumaya bırakılır. İnce doğranan dereotu da eklenerek servis edilir.