



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ZEYTİNYAĞLI BARBUNYA

### MALZEMELER

1 kilo barbunya

4 domates

1 havuç

2 soğan

Yarım bardak zeytinyağı , tuz

### YAPILIŞ TARİFİ

Bir kap içinde ince kesilmiş soğan , havuç zeytinyagda sarartilir. Domates, üç bardak su koyarak kaynatilir. Temizlenmiş iç barbunya bol suda 20 dakika kaynatilip süzülerek hazırladiginiz harç içine konur ve orta hararete pisirilir.

---