



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI KURU BAKLA EZMESİ

Piyasadan, istenilen miktarda ayıklanmış kuru baklayı almalı. Geceden suya yatırmalıdır.

Sabahleyin, suyunu değiştirip yumuşayınca kadar haşladıktan sonra, tuzunu serpmeli, aynı tencere içinde bir kuvvetli tahta kaşıkla, mahallebi karıştırır gibi karıştırarak iyice ezmelidir. Sonra, tabaklara bölmeli ve donmasını beklemelidir.

Tabaklara; zeytinyağı, limon veya sirkesini de dökmelidir.

Not: Bakla, hububat arasında, gıda itibarıyla, üstün ve faydalı bir yemektir. Bakla ezmesi, çok lezzetle yenilen, salata çerez nevindendir.