



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI SEBZELİ KURU BAKLA EZMESİ

Malzemesi:

3 su bardağı kuru bakla

2 orta boy soğan

2 orta boy havuç

1 orta boy kereviz

2 çay kaşığı tuz

1 çay kaşığı karabiber

2 tane defne yaprağı

3 bardak su

yarım limon

yarım bardak zeytinyağı veya ayçiçeği yağı

2 kahve fincanı un.

Akşamdan bakla ıslatılır, ertesi gün ayıklanır. Ayıklanmış olan baklalar, bir tencere içerisine konulur. Havuç, kereviz, defne yaprağı, tuz, karabiber, su, limon ile iri iri kesilmiş soğan, hepsi beraber tencereye konulur ve orta hararete bir ocakta bir saat kadar kaynatılır. Sonra süzgeçten geçirilir. Diğer bir tencereye zeytinyağı veya ayçiçek yağı, un konulur. 5 dakika kavrulur. Üzerine, süzülen bakla konulur. Orta ateşte bir kaynama alır almaz biraz çukurca servis tabağına boşaltılır. Soğuk olarak yenilir.