



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI TAZE BAKLA

- 1 kaşık salça
- Tuz
- 2 adet limon
- 1 bardak zeytinyağı
- 1 çay kaşığı un
- 1 adet soğan
- 1 tatlı kaşığı şeker
- 1 demet dere otu
- 1 kg taze bakla

Baklanın uçlarını ve iki yandaki kılçıklarını sıyırarak ince kestikten sonra su dolu bir tepsi yada tencereye atarak yıkayın ve süzün. Sonra tuz ile limon suyu katarak harmanlarcasına karıştırın. Soğanları yemeklik doğrayın. zeytinyağında pembeleşene kadar kavurun. Salçayı ilave edip bir iki karıştırın ve ayıkladığınız baklaları ve unu ekleyin karıştırarak kavurmaya devam edin. Baklalar renk değişince tuz, şeker ve üzerlerini örtecek kadar suyu katın, tencedenin ağzını kapatın ve baklalar pişene kadar pişirin. (duduklu tencerede pişirmeniz daha iyi olur) Baklalar iyice soğuduktan sonra servis tabağına alın ve dereotu ile süsleyerek Sarmısaklı yoğurt ile birlikte servis edin.

