



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZEYTİNYAĞLI TAZE BARBUNYA

1 kilogram taze barbunya  
5 yemek kaşığı zeytinyağı  
2 adet kuru soğan  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 adet havuç  
5 diş sarımsak  
2 su bardağı sıcak su  
1 tatlı kaşığı toz şeker  
1 çay kaşığı tuz  
Servisi için:  
Çeyrek demet maydanoz ve dereotu  
Yarım limon

Barbunyalari ayıklayip yıkayin.  
15 dakika kadar haşlayip süzün.  
Barbunyalari haşlanirken kuru soğan ve sarımsağı ince ince doğrayın.  
Havuzu da soyup küp küp doğrayın.  
Zeytinyağını tencerede kızdırıp önce soğanı ardından sarımsağı ekleyerek kavurun.  
Havuçları da ekleyip kavurmaya devam edin.  
Salçayı da ilave edip kokusu çıkana kadar kavurun.  
Suyu, tuzu ve toz şekerini tencereye ekleyip kaynayanaya kadar bekleyin.  
Kaynayınca barbunyalari içine ilave edin.  
Yarım saat kadar pişirdiğiniz zeytinyağlı barbunyayı ocaktan alıp servis kabına aktarın.  
Soğuduktan sonra limon dilimleri ve maydanoz ve dereotu yapraklarıyla süsleyip servis edin.

