



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI TAZE BÖRÜLCE (AYDIN)

Aydın İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 kg taze börülce
2 adet kuru soğan
3 adet domates
1 çay kaşığı tuz
1 çorba kaşığı kırmızı biber
1,5 çay bardağı zeytinyağı
2 bardak su

Börülcelerin uçlarında ve yanlarında bulunan lifler ayıklanır, fasulye gibi üçe veya dörde bölünerek doğranır. İnce kıyılmış soğanlar zeytinyağı ile kavrulur. Kavrulan soğanların üzerine yıkanmış börülceler ve kuşbaşı doğranmış domatesler ilave edilir. Üzerine tuz ve biber ilave edilerek kavurmaya devam edilir. 10 dk kadar kavurduktan sonra 2 bardak su ilave edilerek 15-20 dk daha kaynatılarak ocaktan alınır ve sıcak servis yapılır.