



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ZEYTİNYAĞLI TAZE FASÜLYE

Yeşil fasülyeyi domates ve soğanla pişirerek zeytinyağlı olarak tüketmek, zengir bir lif kaynağı sağlar. Yeşil fasülyenin kılçıklarını ayıklayın ve uzunluğuna göre kesin. 1 adet büyük soğanı ve 2-3 adet domatesi küp küp doğrayın. Tencereye zeytinyağı döküp soğan, domates ve fasülyeleri ekleyin. Dilerseniz tencereye bir küp şeker de atabilirsiniz. Kısık ateşte fasülyeler iyice yumuşayana kadar pişirin ve soğumaya bırakın.

