



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI TAZE FASULYE

1 kg taze fasulye
1 ay bardağı sızma zeytinyağı
4-5 adet arpacık soğan
1 adet büyük boy domates
1 tatlı kaşığı toz şeker
Tuz
2 su bardağı su

Fasulyelerin kenarlarındaki kılçıklarını temizleyip uçlarını da kestikten sonra yıkayıp süzün. Kabuğunu soyduğunuz soğanların boyuna ikiye kesin, kalın bir bıçağın sırtıyla üzerine bastırarak yaprak yaprak ayrılmasını sağlayın. Soğanları zeytinyağının yarısıyla yumuşayana kadar kavurun. Kavurduğunuz soğanları bir kaseye alın ve tencerenin içine fasulyeleri yerleştirin. Tencereyi sallayıp 5 dakika kadar kavurun. Sonra fasulyelerin üzerine kavurup kenara ayırdığınız soğanları serpin. Zar şeklinde doğradığınız domatesleri, tuzu ve şekerini de serpin. 2 bardak sıcak su ekleyin. Yüksek ateşte 5 dakika kaynatın. Sonra ateşi kısın, tencerenin kapağını kapatın. 45 dakika pişirin. Ocaktan almaya 5 dakika kala, kalan zeytinyağını gezdirin. Tencerenin kapağını açmadan soğutun.

