



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI TAZE İÇ BAKLA

1 kg. taze bakla içi
3 adet soğan
1 bardak zeytinyağı
1 demet dereotu
1 tatlı kaşığı toz şeker
4 bardak su
Yeterince yoğurt, tuz

YAPILIŞI:

Ayıkladığınız baklaları yıkayıp, bir süzgece koyunuz. Teker teker baklaların altını üstünü keskin bir bıçakla kesiniz. Bir tencerede küçük kesilmiş soğanlar, zeytinyağında pembeleştirilir. Az tuz atarak iç baklalar eklenir. Üzerine toz şeker ve su ilave edilir. Tencerenin ağzı kapanır, orta ateşte suyu çekene kadar pişirilir. Servis tabağına konarak soğutulur. Tabaklara servis yapılırken, ince kıyılmış dereotu ve yoğurt üstüne dökülerek ikram edilir.
