



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZEYTİNYAĞLI TAZE İÇ BAKLA

500 gram iç bakla
1 adet soğan
3 diş sarımsak
1 kahve fincanı zeytinyağı
1 adet havuç
1 tatlı kaşığı un
1 çay kaşığı tuz
Yarım limonun suyu
5 dal dereotu

Baklaların dış kabuklarını ayıklayın ve yıkayın. Soğan ve sarımsakları ince kıyın, 1 kahve fincanı zeytinyağında kavurun. Havucu küp şeklinde küçük doğrayarak, kavrulan soğana ekleyin. Birlikte 2 dakika daha kavurun. Sırasıyla unu, baklayı, limon suyunu, tuzu ilave edin. Birlikte 10 dakika kaynatın, ince kıyılmış dereotuyla süsleyip ılık olarak servis yapın.