



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mtevaz Lezzetler Mutluluklar Diler

## ETL TAZE FASULYE



1 kilo taze fasulye  
350 gram kuzu kubaı  
4 adet taze biber  
2 adet kuru soğan  
1 orba kaıı domates salçası  
2 adet domates  
1,5 çay bardağı ayçiçek yaı  
1 su bardağı sıcak su  
Tuz

# Taze fasulyeler ayıklanır, birkaç parçaya doğranır. Biberlerin tohumları çıkarılır, iri doğranır. Soğan ince kıyılır. Domateslerin kabukları soyulur ve minik, kp şeklinde doğranır.

# Soğan yada pembeletirilir. zerine et eklenir ve suyunu salana dek kavrulur.

# Salça ilave edilir, 1-2 dakika çevirdikten sonra domates ve tuz katılır. Domates şeklini kaybedene kadar pişirilir.

# Fasulye ve biber birlikte atılır, karıştırılır. Kapağı kapatılır, 5 dakika hızlı ateşte pişirilir.

# Daha sonra sıcak su ilave edilir. Tekrar kapak kapatılır, orta-kısık ateş arasında yaklaşık 45 dakika pişirilir.

# Ateten aldıktan 15 dakika sonra sofraya getirilebilir.

**Not:** Bu tarif için yassı cins taze fasulye kullanılması tavsiye edilir.