



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

AKDENİZ FASULYESİ



750 gr taze fasulye
3 adet kuru soğan
3 diş sarımsak
3 adet biber
3 adet domates
1,5 çay bardağı zeytinyağı
1 orba kaşığı sirke
1 tatlı kaşığı şeker
1 tatlı kaşığı tuz
1 su bardağı su

- # Fasulyeler, yıkanır, başları ve kılçıkları alınır. Sonra baş parmak kalınlığında vev doğranır.
- # Soğan ve sarımsak ince kıyılır, karıştırılır. Domatesin kabuğu soyulur, biberin tohumu çıkarılır ve küçük doğranır, karıştırılır.
- # Tencerenin dibine biraz zeytinyağı konur. Soğan sarımsak karışımının yarısı yerleştirilir. Üzerine fasulyenin yarısı konur.
- # Sonra domates ve biber karışımının tümü bırakılır. Kalan fasulye ve kalan soğan, sarımsak yerleştirilir.
- # Tuz, şeker serpilir. Sirke ve zeytinyağı gezdirilir. Tencere orta ateşe yerleştirilir, kapağı kapatılır. 10 dakika susuz pişirilir.
- # Daha sonra sıcak su ilave edilir, ateş kısılır, kapak kapatılır, yarım saat pişirilir.
- # Tencerede 15 dakika dinlendirildikten sonra karıştırılır, servis tabağına aktarılır.
- # Ilık ya da soğuk olarak servis yapılır.

Not: Bu tarifte kullanılan sirke fasulyelerin renginin canlı olmasını sağlar.