



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

ZEYTİNYAĞLI BÖRÜLCE



- 1 Kg. börülce
- 1 Adet iri kuru soğan
- 2 Adet iri sivri biber
- Üç çeyrek su bardağı zeytinyağı
- 1 Tatlı kaşığı biber salçası
- 1,5 Tatlı kaşığı tuz
- 1 Su bardağı sıcak su
- 2 Adet kesme şeker

- # Börülceler yıkanır, suyu süzülür, başları koparılır, büyüklüğüne göre 2 ya da 3 parçaya bölünür.
- # Soğan piyazlık ya da yemeklik şeklinde doğranır.
- # Çukur büyük bir kaba, börülce, soğan ve tuz konur, börülcenin rengi değişene kadar ovulur.
- # Tencereye zeytinyağı konur, orta ateşte ısınca ince kıyılmış biber ve salça atılır, birkaç kez çevrilir.
- # Biberin üzerine ovulan börülce eklenir, 3-4 dakika karıştırarak kavrulur.
- # Üzerine kesme şekerler konur, sıcak su eklenir, tencerenin kapağı kapatılır, kısık ateşte 35-40 dakika pişirilir.
- # İsteğe göre ılık ya da soğuk servis yapılır.

Not: Ege bölgesinde, zeytinyağlılar ılık olarak da tüketilir.