



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتابي لذیذ المتواضع من وصفات الأكل

طهني البياز Tahinli Piyaz



٥.١ كوب ماء فاصول
١ كوب شاي طهني
٤ أسنان ثوم
٣ ملاعق حساء مياه
٢ ملعقة حساء زيت
١ ملعقة حلو كميون
١ ملعقة حلو فلفل أ
١ ملعقة حلو ملح

- # يفضل الفاصوليا الجاف ويغسل ويوضع عليها ٥ كوب ماء من المياه من قبل ليلة واحدة
- # يوم التالي، يغلي مع مائها حتى تصبح ناعمة
- # يوضع طاحن، زيت الزيتون، مياه الليمون، ثوم المضروب، كمسون ملح وفلفل أحمر رقيق في وعاء محفورة ويجلد مع الخلاد اليد حتى تنعم
- # يصفماء الفاصوليا المغلي، يوخذ على طبق سطح لأجل برودة
- # يسكب خلط الطاحن المعد على فصوليا الجاف البرودة ويصب وينثر عليها حسب الرغبة فلفل أحمر رقيق، أوراققدونس ويزين
- # عند اعداد طحن البياز يتبقى ٢ ساعة يكون أحسن بالذة

ملاحظة : إن طحينة البياز خاص لمنطقة ايطايا من شهني