



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Tarçınlı Barbunya

Tarçınlı Barbunya



2 su stəkani quru barbunya
2 ədəd quru soğan
2 ədəd qırmızı bibər
2 ədəd pomidor
1 ədəd kök
1 çay qaşığı tarçın
1 ədəd kəsmə şəkəri
1 çay qaşığı duz
1,5 çay stəkani zeytunyağı
Üzəri üçün:
4-5 budaq cəfəri

- # Bir gecə əvvəldən barbunya ayırd ediyər, yuyunur, qazana köçürülər. Üzərini 1,5 barmaq keçəcək qədər su qoyular.
- # Sabahısı günü qazan orta atəşə yerləşdirilər. Qaynama nöqtəsinə gəldikdən sonra ən az 20 dəqiqə qaynadılar.
- # Müddət sonunda barbunyanın yüzdə səksəni bişmiş olmalıdır.
- # Soğanlar yarım dairə şəklində doğranar, duzla boşalana qədər ovulur. Kök yarım dairə şəklində doğranar. Pomidorların qabıqları soyular, küp doğranar. Bibərlərin toxumları çıxarılır, iri doğranar.
- # Qaynamaqda olan barbunyaya soğan və kök birlikdə atılar. Kök yarım yumşalana qədər bişirilər.
- # Sonra bibər qatılar, 10 dəqiqə qədər bişirilər. Pomidor əlavə olunur, sous kimi olana qədər bişirilər.
- # Ən son tarçın, şəkər və zeytunyağı əlavə edilər. 10 dəqiqə sonra atəşdən alınar.
- # Qazanda yarım saat soyuduqdan sonra, xidmət qabına alınar. Üzərinə qıyılmış cəfəri səpilər.

Qeyd: Toz tarçın yerinə 10 santimetrlik çubuq tarçın da istifadə edilə bilər.