



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Müteväzi Lezzetler® Azərice Yemək Tərifləri

Ətli Quru Lobyə

Etlı Kuru Fasulye



2 Stəkan quru lobyə
500 q quşbaşı ət
5 Çorba qaşığı duru yağ
2 Ədəd orta boy soğan
1 Çorba qaşığı tamat
2 Ədəd normal pomidor
3 Ədəd yeşil sivri bibər
2 Çay qaşığı duz

- # Soğan yeməlik doğranır, bir qabda qızan yağa əlavə olunur. Soğan biraz bişincə quşbaşı ət əlavə olunur.
- # Ət suyunu salıb çəkince nazik doğranmış bibər, kub-kub doğranmış pomidor və tamat əlavə olunur.
- # Tamatın qoxusu gedənə qədər bişirilir, akşamdan isladılmış və haşlanmış lobyə əlavə olunur.
- # Üzərində lobyaların səviyyəsinə gələnə qədər su qonar, lobyə və ət özləşənə qədər bişirilir.
- # Duzu əlavə olunur, təbii daha bişirilir, atəşdən alınır.

Not: Ətli noxud da eyni şəkildə bişirilir.