



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Kochrezepte

Weisse Bohnen mit Pöckelfleisch

Pastirmali Kuru Fasulye



2 ½ Gläser weisse Bohnen
150 g Pöckelfleisch
1 mittelgroße Zwiebel
1 EL Tomatenmark
1 mittelgroße Tomaten
1 kleine Teeglas Öl
1 ½ Kaffeelöffel Salz

- # Nacht zuvor Bohnen aussortieren, auswaschen und mit sieben Gläser Wasser einweichen.
- # Am Tag danach die Bohnen in der Einweichflüssigkeit weich kochen.
- # In einen anderen Topf Öl geben und bei mittlerer Hitze erhitzen und das zugeschnittene Pöckelfleisch hinzugeben.
- # Wenn das Pöckelfleisch halb durch ist die grob gehackte Zwiebel hinzugeben.
- # Nachdem die Zwiebel weich gedünstet sind Tomatenmark und anschließend geriebene Tomaten hinzugeben.
- # Am Schluß die Bohnen samt der Kochflüssigkeit und Salz hinzugeben.
- # Mit geschlossenem Deckel nach dem Aufkochen weitere 15 Minuten kocheln lassen.

Tipp: Man erhält von 4 kg Fleisch 1 kg Pöckelfleisch.