



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

Huevos con judías verdes

Fasulyeli Yumurta



3 huevos
500 gramos judías verdes
1 cebolla
4 dientes de ajo
1 vaso de yogur
1/3 vaso de aceite vegetal
1 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de pimienta negro

- # Limpie los frijoles, y hervir en agua salada hasta que quede cocido.
- # Sautee la cebolla con el aceite vegetal.
- # Añadir los frijoles cocidos y escurridos en la cebolla, rehogar juntos por un tiempo.
- # Rompa los huevos en un bol y batir.
- # Añadir los huevos en la mezcla con los frijoles, los huevos y revuelva hasta obtener cocidos. Añadir sal y pimienta negro y retirar de la estufa.
- # Batir el yogur por la ayuda de un batidor de huevos y añadir el ajo, mezclar.
- # Sofría de poner el huevo y los frijoles en el plato de servicio y vierta el yogur con el ajo de todo. Servir.

Nota: Se recomienda a servir a los frijoles calientes o cálidos.