



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

Fagioli con Olio d'Oliva

Zeytinyağlı Kuru Fasulye



2 bicchieri di fagioli
2 cipolle
1 carota
3 spicchi d'aglio
1 cucchiaio di salsa
2 zuccheri quadrati
1 cucchiaino di sale
1,5 bicchierini olio d'oliva
Per la sopra;
10-15 prezzemoli

- # I fagioli si davano una notte prima poi alla sopra si mette 7 bicchieri d'acqua dopo si chiude il coperchio di pe.
- # Il giorno dopo si cucina con l'acqua finché diventano morbide.
- # Le cipolle tagliate sia Rossi ciao con olio d'oliva dopo alla sopra saggio ormonale carote tagliate e aglio pestato si coperta il coperchio.
- # Quando le carote diventano morbide saggio mano salsa sale e zucchero si miscela circa per due o tre minuti.
- # Ultimamente si aggiungono i fagioli insieme con acqua di godimento quando arriva al momento di bollire il fuoco si regola a basso e si cucina circa per 10 minuti ancora.
- # Prima mente si mette nel piatto da servire poi alla sopra si pizzica ol prezzemolo macinato.

Nota: i fagioli se si cucinano nella pentola a pressione non si bagna solamente alla sopra si mette 7 bicchieri d'acqua poi si coperta il coperchio di pentola a pressione. Così si cucina circa per mezz'oretta.