



Tekst i zdjęcie: **rafik80** - Srebrny Szef Kuchni (2006)

Fasola zielona

Samo zdrowie

Składniki:

- fasola zielona, 0.5 kg
- masło, 5 dag
- sól, 1 szczypta
- pieprz, 1 szczypta
- mąka , 10 dag

Sposób przygotowania:

Młoda, poszatowana cienko zieloną fasolę wrzucić na gotującą się wodę w dużym rondlu (wody powinno być bardzo dużo). Posolić i gotować na mocnym ogniu 10 minut. Odląć na durszlaku, przelać zimną wodą, a następnie wrzucić w masło zagotowane z odrobiną mąki. Wsypać pieprz i gotować: Zamiast mąki można wsypać garść tartej bułki, co lepiej.

