



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

BAMYA ÇORBASI

1 Adet soğan
1 orba Kaşığı limon tuzu
200 gr kuzu eti
100 gr bamya
1 orba Kaşığı domates salçası
1 orba Kaşığı biber salçası
50 Gr Sana Klasik

Tencereye sana yağını döküyoruz. Üzerine minik minik doğranmış kuzu etlerini ilave ediyoruz. Etler suyunu salıp çekene kadar kavuruyoruz. ince ince doğranmış soğanı da ilave edip etlerle birlikte kavurmaya devam ediyoruz. Bamyaları iplerinden ayırıyoruz. Etlerin üzerine salçalrı döküp karıştırıyoruz. Bamyaları, limon tuzu, tuzu ve suyunu da döküp orbamızı pişirmeye bırakıyoruz. Gerektiği zaman üzerine sıcak su ilavesi yapıyoruz. Sıcak servis yapın.