



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BAMYALI KURU BÖRÜLCE (GİRİT)

### Malzemeler:

2 su bardağı kuru börülce  
250 gram taze bamya  
1 küçük çay bardağı sızma zeytinyağı  
2 adet orta boy soğan  
5 adet orta boy domates  
Yeteri kadar tuz  
Çeyrek kahve fincanı limon suyu  
2 su bardağı su

### Hazırlanışı:

Börülceleri 1 tatlı kaşığı tuz konmuş suda ıslatıp 10 dakika süreyle haşlayın ve suyunu süzün. Şişmiş börülceleri orta ateşte, bol suda, 15-20 dakika daha haşlayıp, esmerleştikten sonra suyunu süzün. Bamyaları sirkeli suda 1 saat kadar bekletip, suyunu süzün. Tekrar sirkeli suyu hazırlayın. Bamyaların tepelerini alıp, tekrar sirkeli suya koyup 1 saat daha bekletin. Soğanları temizleyip rendeleyin. 1 küçük çay bardağı sızma zeytinyağını bir tencereye koyun, hafif ısınınca soğanları koyup hafif pembeleştirin. Ardından 4 adet rendelenmiş domatesi ilave edip, soğanla beraber börülceleri de soteleyin. Domatesler suyunu salıp, börülceler iyice yumuşayınca, 2 su bardağı su, yeteri kadar tuz ve limon suyunu koyup kaynatın. Ardından bamyaları ilave edip, bir kere karıştırın. Bamyaların pişmesine yakın 1 adet domatesi yuvarlak halkalar halinde doğrayın. Domatesler yumuşayınca ocağın altını kapatın. Ilık olarak servise sunun. Not: Suyu azalırsa bir miktar sıcak su ilave edebilirsiniz.