



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KIYMALI BAMYA

Yarım kilo bamy
1 tane kurusoğan
2 tane domates
1 tatlı kaşığı tuz
Limon suyu veya limon tuzu
200 gr kıyma

Bamyalar iyice yıkanp kurutulduktan sonra ayıklanır, margarinde yemeklik doğranmış soğan sotelenir, kıyma eklenip iyice kavrulur, rendelenmiş domates eklenip kaynamaya başlayınca bamyalar tencereye konur yarım limon suyu ya da 3-4 tane limon tuzu atılıp üzerini geçecek kadar su eklenip pişirilir.