



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## GÜVEÇTE TERBİYELİ BAMYA

Koyun sırtından el kadar yağlı parçalar kesiniz, bol suda köpüğünü alarak yumuşayınca kadar kaynatıp süzünüz. Ayıklanmış bamya ile güvece düzenli istif ediniz. Domates suyu ile etin suyundan bamya sayısına göre, göz kararıyla koyunuz. Tuz, biber serpiniz, fırına sürünüz. Pişince iki yumurtayı koruk suyu ile iyice karıştırıp üzerine gezdiriniz, tekrar fırına sürüp üç dakika sonra çıkarınız.