



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ADANA USULÜ ETLİ NOHUTLU BAMYA

Bikem Polat

Malzemeler:

1 su bardağı Feast Küp Soğan

1 paket Feast Bamya

1 limon suyu

1 yemek kaşığı biber salçası

2 olgun domates

1 yemek kaşığı yağ

Tuz

Karabiber

Hazırlanışı:

Soğanlar yağda kavrulur. Rendelenmiş domates, biber salçası, limon suyu, nohutlar, tuz, karabiber ilave edilir. 2 su bardağı sıcak su ilave edilir. Su kaynayınca bamyalar ilave edilir. 20-25 dakika pişirilir.

[ML® Nohutlu Bamya için tıklayın](#)



Fotoğraf "mevsim" tarafından gönderildi. 09.03.2020