



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ASİDE LAPASI

375 gram pirinç  
80 gram sadeyağı, ya da margarin (4 çorba kaşığı)  
375 gram domates (2 büyük) ya da 3/4 kahve fincanı domates salçası  
3 1/2 bardak su, ya da et suyu  
Tuz  
BAMYASI:  
250 gram bamya  
100 gram soğan (1 büyük)  
40 gram sadeyağı, ya da margarin (2 çorba kaşığı)  
125 gram kuzu eti  
100 gram domates (1 orta)  
1/2 limon  
1 bardak su, ya da et suyu  
Tuz  
1 yeşil biber  
1/2 kahve fincanı sirke (yatırmaya)

### Lapanın Yapılışı:

Bir tencereye 6 silme çorba kaşığı sade yağ, ya da margarin koyarak hafifçe kızdırılmak, sonra buna, kabukları çıkarılmış ve küçük parçalara doğranmış 4 büyük domates koyarak, domatesler eriyip de salçası bir hal alıncaya kadar 8-10 dakika kavurucasına pişirmeli ve sonra da domateslere 5 bardak su ile üç çeyrek çorba kaşığı da tuz koyarak, domatesli salçayı kaynamaya bırakmalıdır. Su kaynayıncaya tencereye taş ve darılara ayıklanmış ve yarım saat kadar sıcak suda yatırılmış ve duru su çıkıncaya kadar üç-beş kez yıkanmış iki bardak pirinç koyarak tencerenin kapağını kapatmalı ve pirinçler sularını çekip lapa kıvamına gelinceye kadar orta kuvvetteki ateşte pişmeye bırakmalıdır. Lapa pişince bunu yarım saat kadar çok hafif ateşte demlendirmelidir.

### Bamyanın Yapılışı:

Kart ve içi çok büyük çekirdekli olmayan 250 gram bamyanın tepelerin külâhvari tıraş edercesine sivri kestikten sonra, içlerine su işleyebilmesi için de altlarının sivri kısımlarını da kesmek suretiyle bütün bamyaları böylece bir tepsiye ya da tencereye ayıklamalı, sonra da ayıklanmış bu bamyaların üstlerine 1 çorba kaşığı tuz ile yarım kahve fincanı sirke katarak hepsini harmanlarcasına iyice bir karıştırmalı ve yarım saat kadar bir tarafa bırakmalıdır. Bamyalar, tuz ve sirkede yatmakta iken, diğer taraftan da bir kuşaneye; 2 silme çorba kaşığı sadeyağı, ya da margarin ile, küçük kesilmiş 1 büyük soğan koyarak, karıştırmak suretiyle soğanları 10 dakika kadar kavurmalı ve sonra bunlara; 125 gram kuşbaşı doğranmış kuzu eti katmalı ve 5 dakika kavurmalı, sonra bu kavurulmuş etlere 1 tatlı kaşığı tuz ile ancak yarım bardak da su katarak tekrar 20 dakika daha pişirmeli ve ateşten alarak ılınmaya bırakmalıdır. Etleri düzenli bir şekilde kuşanenin altına yaymalı, üstüne de bir sıra, yuvarlak dilimlere kesilmiş bir miktar domates döşedikten' sonra, bunun üstüne de yanyana ve sık olmak üzere, tuzlu sirkede yatırılmış ve bol suda iki üç defa yıkanmış bir sıra bamya döşemeli ve bunun üstüne de tekrar bir sıra domates, bir sıra bamya olmak üzere bütün bamyaları böylece kuşaneye istiflemek suretiyle döşemelidir. Bamyaların döşenmeleri sona erince, bunlara; küçük kesilmiş 1 yeşil biber, 1/2 küçük limon suyu, tuz, 1 bardak su ile, etin piştiği soğanlı yağları da katarak üstlerine ıslatılmış ve buruşturulmuş bir yağ kâğıdı örtmeli ve tencerenin kapağı kapatılmış olarak, bamyalar sularını çekip de iyice yumuşak bir hal alıncaya kadar önce kuvvetlice, sonra da orta kuvvetteki ateşte olmak üzere bunları, 40 - 60 dakika arasında pişirmelidir.

Lapa ve bamya hazır olunca; önce lapayı bir büyük tabağa düzgün bir şekilde yaymalı, üstüne de bamyayı koyduktan sonra servis yapmalıdır.

[ML® Aside Helvası için tıklayın](#)

[ML® Lapa için tıklayın](#)