



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BADEMLİ BAMYALI KUZU

MALZEMELER

- 1 kg. kuzu kusbası
- 1 orta boy soğan (ince kıyılmış)
- 5 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 adet kırmızıbiber (kırmızı dolmalık biber de olabilir)
- ° Zencefil (2 çay kasığı kuru - 2 adet taze zencefilden 5 cm'lik parça tıraslanmış)
- 2 çay kasığı biberiye
- 2 çorba kasığı tarçın
- 2 çay kasığı toz kırmızıbiber
- 3 su bardağı et suyu (750 ml.)
- 1 1/2 çorba kasığı bal
- 1 limonun suyu
- 4 su bardağı taze veya donmuş bamya (400 gr.)
- 6 çorba kasığı ayıklanmış kabuksuz badem (80 gr.)

YAPILIŞ TARİFİ

Kuzu etini kıyılmış soğan ve sarımsakla, pembelesinceye kadar kavurun. Zencefil, biberiye, tarçın, et suyu, bal, limon suyu, toz kırmızıbiber, tuz ve karabiberi ilave edin. Orta ateşte kapagi kapalı olarak 40 dk. pişirin. Bamya, badem ve kırmızıbiberleri ilave ederek (tencerenin kapagi kapalı olarak) 20 dk. daha pişirin