



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIYMALI BAMYA MUSAKKASI

6 yemek kaşığı bamyası
1 adet kuru soğan
4 yemek kaşığı sıvı yağ
150 gr. dana kıyması
3 adet domates
1 su bardağı su
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
1 adet limon suyu
2 su bardağı rendelenmiş kaşar peyniri

Sıvı yağda, küp küp doğradığınız soğanı hafif pembeleştirin. Kıymayı ilave edin ve kavurun. Bamyayı ilave edin ve yaklaşık 10 dakika boyunca kavurun. Domatesi soyun ve çok küçük küpler halinde doğrayın. Kavrulmakta olan bamyaya ilave edin. 3-4 dakika daha kavurun ve limon suyu, tuz, karabiber ile lezzetlendirin. Suyu ekleyip kapağını kapatarak 15-20 dakika pişirin. Bir fırın kabına aktarın. Üzerini kaşar peyniri ile kaplayın. 180°C önceden ısıtılmış fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirin. Kare şeklinde keserek servis edin.

