



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAMYA

2 Yemek Kaşığı Sana Klasik Kase

2 Adet limon suyu

1 Adet kuru soğan

600 ml su

4 Adet Domates

1 Kg. bamyaya

Bamyaların sap kısımlarını yuvarlak bir şekilde kesin. İki adet limonun suyunu geniş bir kabın içine sıkın. Bol su ekleyip ayıkladığınız bamyaları içine atıp bekletin. Diğer tarafta tencereye yağı ve rendelediğiniz soğanı koyun ve 2-3 dakika kavurun. Domateslerin kabuklarını soyup küp şeklinde doğrayın. Soğanların içine domatesi de ilave edip 3-4 dakika karıştırarak pişirin. Limonlu sudaki bamyaları ilave edin. Tuzu da ekleyip bamyalar yumuşayana kadar pişirin.
