



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAMYA SALAMURASI

Musluklu bir fıçının içine bir parmakdan fazla tuz döşeyiniz. Üzerine bir sıra taze körpe bamyaı istif ediniz. Bunun üstüne tekrar bir parmak kalınlığında tuz döşeyerek üstüne yine bir sıra bamya istif ederek fıçıı bu şekilde doldurunuz. Sonra üstüne baskı tahtasını, daha üste de iyice bastırmak için taş koyup fıçıı üste çıkıncaya dek soğuk su ile doldurunuz. Kaymaklanmağa başlayınca her gün üstünden bu kaymağı alınız. Kaymaklanma son bulduğı zaman fıçının musluğunu açarak bir miktar salamurasını akıtınız. Üst taraftan da soğuk su dökmeğe devam ediniz. Sonra musluğu kapayınız. Üst taraftan koymakta olduğunuz su, fıçının üstüne çıkmalıdır. Üç beş günde bir bu işlemi tekrarlayınız. İki ay salamurayı, muslukla akıtarak ve üstünden fıçı dolana dek soğuk su koyma işlemine devam ediniz. İki ay sonra fıçıdaki suyun hepsini boşaltıp, orta bir tuzlu hazırlayıp fıçıı bununla doldurunuz.

Not: Gerektiğı zaman çıkaracağınız bamyaları akşamdan soğuk suya koyup sabaha dek tuzunu dökmesi için bekletiniz. Böylece hazırlanan bamya salamurasının tazesinden hiç farkı olmaz. Yalnız tuzuna ve bakımına dikkat edilmelidir. Bakımı ihmal edilirse bamyalar çürür.