



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAMYA TURŞUSU

1 kilogram bamyaya
4 su bardağı su
1 litre sirke
Kaya tuzu
6 diş sarımsak

Bamyaları yıkayıp başlarını yarım koni şeklinde kesin. Sirke, su, kaya tuzu ve sarımsakları kaynatarak turşu sosu elde edin.

Büyük bir cam kavanoza önce bamyaları dizin sonra üzerine sosu ekledikten sonra yaklaşık 2 hafta kuru ve serin yerde muhafaza edin.

