



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## BAMYALI EBEGÜMECİ

100 gram bamyaya  
1/2 limon  
1/2 kilo ebeğümeci  
2 kaşık sadeyağ  
3 baş soğan  
2 bardak et suyu  
Yeteri kadar tuz

Bir kap içinde iki kaşık yağ, iki baş soğanla kavrulur. Haşlanmış 'bamyaya, temizlenmiş, haşlanmış ebeğümeci süzölmüş olarak hazırladığımız harca konur. İki bardak et suyu, yarım limon ilâve edilerek pişirilir.

---