



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BAMYALI MİSKET KÖFTE

[www.sefabdullahusta.com](http://www.sefabdullahusta.com)

Yarım kg bamya  
1 Adet kuru soğan  
1 adet domates  
1 adet limon  
Tuz  
2 yemek kaşığı sıvıyağ  
2 su bardağı kadar su  
Misket köfteler için;  
250 gr. dana kıyma  
4 dilim bayat ekmek içi  
Tuz  
Karabiber  
1 adet soğan  
1 su bardağı kadar Sıvıyağ (Kızartmak için)

Bamyaları yıkayıp süzdükten sonra yarım limon suyunu üzerine sıkın.

Bamyalar dinlenirken diğer malzemeleri hazırlayabilirsiniz.

Kıymanın içine soğanları rendeleyin.

Tuz, karabiber, bayat ekmek içi ilave ederek yoğurun. Köfte harcını dinlendirirken bamyaları ayıklayın.

Dinlendirilen harçtan misket köfteler yapın. Köfteleri bir tavada kızgın sıvıyağda sadece 1-2 dakika kadar kızartın. Tam pişmeden, sertleşmeden ve rengi koyu olmadan alın.

Bir tencereye 2 yemek kaşığı sıvıyağ ilave edilerek, küp doğranmış soğanları hafif soteleyin.

Sonra küp doğranmış domatesler ekleyin. Bir süre karıştırın.

Bamyaları ve son olarak köfteleri ilave edin. Kalan yarım limonun suyunu bamyaların üzerinde gezdirilerek 2 su bardağı kadar da su ilave edin.

Yemeği 10 dakikaya kadar orta ateşte sonrasında bamyalar pişene dek kısık ateşte pişirin.

