



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKŞİLİ KÖFTELİ BAMYA (YALOVA)

Bamyanın sevmeyeni de vardır ancak seveninin de çok olduğunu biliyoruz. Yalova sofralarında da sık sık yer alan bamyalar, mevsiminde düzenli olarak yeniyor. İyi temizlendikten sonra elde hazırlanan harçlı misket köftelerle birlikte pişirilen bamyalar, limon eklendiği için ekşili adını almış.

