



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KURU BAMYA (AMASYA)

Amasya Valiliği

250 gr. kuru bamyaya
250 gr. parça kuzu eti
100 gr. sıvı yağ
1 tane soğan
1 kaşık salça
1 tane limon veya limon tuzu

250 gr. kurutulmuş bamyaya ılık suyla ıslanır. İplikleri çıkarılır haşlanır. Bir tencere içerisine yağ, soğan ve et konular ve kavrulur. Üzerine suyu süzölmüş kuru bamyalar ve salça eklenir. Limon sıkılarak (veya limon tuzu) ve tuz ilave edilerek kısa tiritli olarak pişirilir.

Not: İsteğe göre 1 diş sarımsak ezilerek malzemeye karıştırılabilir.

