



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KURU BAMYA (İNÖNÜ ESKİŞEHİR)

İnönü Kaymakamlığı

250 gr kuru bamyacı

250 gr kuşbaşı dana eti

2 adet soğan

1 Kaşık domates ve biber salçası

Sıvıyağ

Su

Limon

Kuru bamyaları bir kaba koyup üzerine yarım limon doğranıp haşlanır. Kuşbaşı etler haşlanır. Soğan kavrulduktan sonra üzerine salça ilave edilir. Bamyacı ve et koyulup yeteri kadar su ve tuz ilave edilir. Piştikten sonra üzerine limon suyu ilave edilerek servis yapılır.