



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ KURU BAMYA

2 Yemek Kaşığı Sana Klasik

1 Adet kuru soğan

1 Adet limon

1 Avuç kuşbaşı et

1 Tutam tuz

100 gr kuru bamyası

1 Yemek Kaşığı salça

kuru bamyaları bol limonlu suda haşlayın.tencereye margarini alıp etleri kavurun.peşinden kuru soğanı ekleyip kavurun.sonrada salça ve tuz ekleyin.yeterince su koyun,kaynamaya başlayınca bamyaları atın ve yine limon sıkın.etler pişince pişmiş demektir.sıcak servis yapın.
