



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FEAST ZEYTİNYAĞLI BAMYA

1 Paket Feast Bamya
5 yemek kaşığı Feast K p Soğan
2 adet domates
1 su bardağı zeytinyağı
1 ay bardağı limon suyu
Yarım tatlı kaşığı toz şeker
1 ay bardağı sirke
Tuz
Süslemek için limon dilimleri

Feast Bamya'yı 1 tatlı kaşığı tuz ve 1 çay bardağı sirke karışımında 5 dakika bekletin. Feast K p Soğan'ı zeytinyağında pembeleştirin. Feast Bamya'yı yıkayıp süzgece alın ve bekletmeden soğana ilave edin. 1-2 dakika soğanla pişirin. Domateslerin kabuklarını soyup küp şeklinde doğrayın. Feast Bamya'ya ilave edip 2-3 dakika daha pişirin. Toz şeker ve limon suyunu ekleyip tuz serpin. Bamyaların seviyesi kadar sıcak su ilave edip kapağı kapalı olarak pişirin. Limon dilimleriyle süsleyip soğuk olarak servis yapın.