



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KURU BAMYA ÇORBASI

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

50 g kuru bamyalı
3 adet kuru soğan
125 g tereyağ/sıvıyağ
250 g yağsız kıyma yada kuzu eti
2.5 litre etsuyu
2 adet limon
½ yemek kaşığı karabiber
3 diş sarımsak
1. yemek kaşığı biber salçası
1.5 yemek kaşığı domates salça
1 yemek kaşığı tuz
2 adet yeşil sivri biber
½ tatlı kaşığı kırmızı biber

Bamyalar ayıklanarak kâğıt havlu arasında hafifçe ovulur.

Soğan ve sarımsaklar ince doğranır.

Yeşil biberlerin çekirdekleri alındıktan sonra ince (julienne) doğranır.

Eğer domates kullanılacaksa kabukları soyulduktan sonra zar şeklinde doğranır.

Eğer kıyma yerine kuzu eti kullanılacaksa kuşbaşıdan daha küçük doğranır. Bu doğrama şekli iki bıçak arasında yapıldığından "bıçak arası" tabir edilir.

Bamyalar, kaynamakta olan tuzlu ve limonlu suda 8-10 dakika haşlanır, süzülür.

Uygun bir tencerede soğanlar yağla birlikte hafifçe kavrulur.

Et veya kıyma eklenerek sulandırmadan kavrulur.

Domates ve biber salçası ile karabiber ilave edilerek birkaç kez çevrilir.

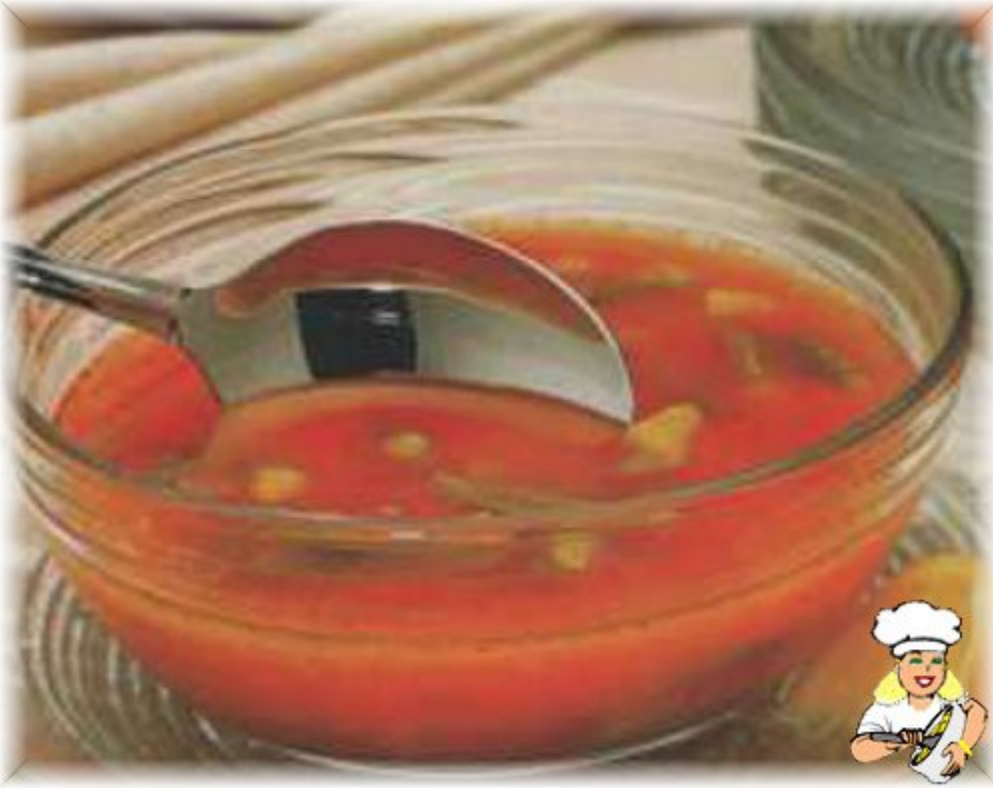
Eğer domates kullanılıyorsa etsuyundan önce eklenerek biraz yumuşatılır.

Limon suyu, sarımsak, yeşil biber ve bamyalarla birlikte et suyu ilave edilir.

Bamyaların ezilmemesine dikkat edilerek pişmesi sağlanır.

Ateşten alınarak sıcak olarak servis yapılır.

İstenirse son aşamada kırmızı biber eklenir.



© lezzetler.com tarif no:95925 • adı:Kuru Bamyaya Çorbası • gönderen:Saadet • indirme tarihi:20.09.2024 - 21:43