



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KURU BAMYALI EBEGÜMECİ

Kuru bamyayı haşlayıp acı suyunu süzüp dökünüz. Yağlı eti kuşbaşı doğrayınız, yine bamyanın miktarına ve etin yağlı oluşuna göre gereği kadar sadeyağ ile pembeleşinceye kadar tencerede kızartınız, üstüne dörde bölünmüş orta boyda 1 - 2 soğan koyunuz, yumuşayınca kadar karıştırıp tencereyi orta ateşe alınız, ince doğranmış domatesle, haşlanmış kuru bamyaları ve ayıklanmış ebegümecileri içine atınız, üstünü örtünceye kadar su veya etsuyu tuz, biber ve yarım limon suyu koyup tencerenin kapağı kapalı olarak pişiriniz.

---