



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU BAMYA

3 Yemek Kaşığı Sana Klasik Kase

0,5 Kg. kuşbaşı dana eti

2 Adet yeşil biber

100 gr kuru bamyası

1 Adet soğan

2 Adet Domates

2 Bardak nohut

Yağ tencerede hafifçe eritilir. Et, ince doğranmış yeşil biber, 1 diş sarımsak, ince doğranmış soğan birkaç kez çevrilir. Domates rendelenmiş olarak ilave edilir. 1-2 taşım kaynatılır. Nohutlar ilave edilir. Tencereye 3 su bardağına yakın su konularak nohutlar yarı pişmiş duruma getirilir. Bamyası ve limon suyu ilave edilir. Nohut ve bamyası suyunu çekene kadar pişirilir. İneceğine yakın üzerine bol nane dökülür.
