



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TATLI BAMYA (ŞANLIURFA)

Şanlıurfa Büyükşehir Belediyesi

1 kg bamyā  
½ kg yağsız kıyma et  
1 su bardağı nohut  
½ su bardağı sadeyağ  
1 büyük kuru soğan  
2,5 yemek kaşığı domates salçası  
Tuz  
Karabiber

Geceden suya konulan nohut haşlanarak kabukları soyulur ve ortadan ikiye bölünerek mukaşşer\*\*\*\* hale getirilir. Bamyaların başları kesilip süzgeçte yıkanır. Soğan küçük doğranır tencereye kıymayla birlikte konulur, yağ ilave edilip kavrulur. Salça ilavesiyle de kavrulduktan sonra, bamyā, tuz, karabiber ve nohutlar hep birlikte karıştırılıp üzerine üç bardak su konularak kısık ateşte pişirilir, servis tabaklarına alınıp pilavla yenir.

Not: Urfa ağızında datlıbamyā. Kuşbaşı etle de yapılabilir. Nohut yemeğın suyunu çekip katılaştırdığı için mahalli şiveyle "yemek bişer, kendi şişer" denilir. Mukaşşer, Arapça kabuğu soyulmuş anlamına gelir. Birecik, Elazığ yörelerinde mihaşer ya da mikaşer şeklinde de söylenir.

