



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUKLU BAMYA

800 gr doğranmış tavuk göğsü
1.5 kg. bamyası
2 baş küçük soğan
100 gr.tereyağ
3 doğranmış domates
2 çorba kaşığı tuz
2 bardak su
1 limonun suyu
1 çorba kaşığı karabiber

HAZIRLANIŞI:

Tencereye tereyağı koyun. Doğranmış soğanları ilave ederek kavurun. Tavukları ilave edip biraz daha kavurun. Kenarları alınmış ve yıkanmış bamyaları ekleyin. Domates, tuz, biber ve limon suyu ilave edip 25 dakika kaynatın. Sıcak servis yapın.