



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

VIŞNELİ BAMYA

Yunus Emre Akkor

500 gr bamyası
1 su bardağı çekirdeksiz vişne
1 adet kuru soğan
2 diş sarımsak
1/3 çay bardağı zeytinyağı
1/4 çay kaşığı limon tuzu
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı toz şeker

Bamyaları temizleyip limonlu suda bekletin. Tencereye doğranmış soğan, sarımsak, limon tuzu, tuz ve şekerini koyun. Üzerine bamyaları ilave edin. En üste vişneleri koyup harlı ateşte 15 dakika sonra kısık ateşte 10 dakika pişirip servis edin.

