



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI BAMYA

Yarım kilo bamy
yarım kahve fincanı sirke
yarım çay bardağı zeytinyağı
2 soğan
5-6 diş sarımsak
2 adet domates
eyrek limon suyu
tuz
karabiber

Önceleri bamyaları yıkayıp başlarını konik kesin, sirkeli suda 5 dakika bekletip suyunu süzün. Tencereye zeytinyağını alıp küp doğranmış soğanları ve sarımsakları öldürün, domatesleri ekleyin biraz daha kavurun, bamyaları ekleyip, üzerine limon suyu, tuz ve karabiberi ekleyin, üzerine biraz sıcak su ekleyerek kısık ateşte pişirin.



Fotoğraf "Altaylı" tarafından gönderildi. 04.10.2015