



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZEYTİNYAĞLI BAMYA

Yarım kg bamyaya
3/4 çay bardağı zeytinyağı
2 adet soğan (küp doğranmış)
2 adet domates (küp doğranmış)
1 yemek kaşığı salça
Yarım limonun suyu
1 lt kaynamış su

Yemeklik doğranmış soğanları zeytinyağında kavurun. Kabukları soyulup küp küp doğranmış domatesi ekleyip ezilene kadar pişirin. Salçayı ekleyip, karıştırın. 1 lt kaynamış suyu ve tuzu ilave edin. Bamyaları yıkayıp ekleyin. Üzerine yarım limon suyunu gezdirip kısık ateşte karıştırmadan, bamyalar yumuşayınca kadar pişirin.
