

Zeytinyađlı Bamya

Toplam 55 dk

Hazırlama 20 dk · Pişirme 35 dk

5 kişilik

Kolay

~180 kcal

Açılış 4/10

Bamyanın domates ve limonla kışıkte piştiği hafif zeytinyağlı.

Malzemeler

- 600 gr Bamya
- 1 adet Soğan
- 3 adet Domates
- 0.5 çay bardađ Zeytinyađı
- 2 yemek kaşığı Limon suyu
- 1 çay kaşığı Şeker

Yapılış

1. Bamyaları 10 dakika suda bekletin.
2. Soğan ve domatesi zeytinyağında 6 dakika pişirin.
3. Bamya, limon suyu ve şekerini ekleyip 30-35 dakika kışıkte pişirin.

PÜF NOKTASI

Bamyanın tepesini konik kesin; gövdeyi delmezseniz salyalanma azalır.

SERVİS ÖNERİSİ

Soğuk veya ılık olarak limonla servis edin.