



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AKŞEHİR YAHNİSİ (KONYA)

Yarım kg yağsız kuşbaşı koyun eti
1 su bardağı nohut
' çorba kaşığı sıvı yağ
yarım kg arpacık soğan
1 çorba kaşığı salça
1 baş sarmısak
Yarım kahve fincanı sirke
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı toz şeker
5-6 dal dereotu
Tuz

Nohudu akşamdan ıslatıp haşlatın ve kenara alın. Bir tencereyi ocağa oturtup ısıtın. Etleri tencereye alıp suyunu bırakıp çekene kadar kendi suyu ile pişirin. Etler suyunu çekince yağ ve soğanları ilave edin. Soğanlar yumuşamaya başlayınca salça ve sarmısakları ilave edip 2 dakika kavurun. Nohut, sirke, kimyon ve tozşeker ve tuzu ekleyin. Etlerin üzerini geçecek kadar sıcak su ilave edip tencerenin kapağını kapatın. Ağır ateşte etler yumuşayana kadar pişirin. Kıyılmış dereotu serpererek servis yapın.