



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ÇABUK ETLİ NOHUT

Yarım kg nohut
250 gr kuşbaşı
1 çorba kaşığı salça
4 çorba kaşığı sıvıyağ
1 tatlı kaşığı tuz
Su

Nohut güzel yıkanır, süzülür. (suda bekletilmez) Düdüklü tencereye konur. Üzerine et, 1 su bardağı suyla karıştırılmış salça, tuz, sıvıyağ ve malzemeyi 1 parmak geçecek kadar su ilave edilir. Düdüklünün kapağı kapatılır. Hızlı ateşte pim çıkınca ateş kısılır. 17 dakika pişirdikten sonra ateşten alınır.
