



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETLİ NOHUT

2 su bardağı nohut  
350 gram dana kuşbaşı  
1 orta boy kuru soğan  
1 adet dolmalık biber  
2 adet kuru chili  
3 yemek kaşığı zeytinyağı  
1 yemek kaşığı domates salçası  
1 tatlı kaşığı biber salçası  
1 tatlı kaşığı tuz  
1 adet küp şeker  
Servis Önerimiz:  
Pul biber  
Kimyon  
Taze kekik

Nohutları 1 gece önceden ıslatın.

Eti tencerenin içerisine koyun ve çok harlı ateşte etleri mühürleyin.

Yağı, soğanları ve biberleri koyup kavurun.

Salçaları ekleyin ve karıştırın. Gecedan ıslattığınız nohudun suyunu süzüp nohutları ilave edin.

Şeker, tuz ve suyu da ekleyip tencerenin kapağını kapatın.

İlk önce harlı ateşte, düdüğü öttükten sonra ise orta ateşte 30-35 dk. Pişirin.

Tüm baharatları bir kasede karıştırıp yemeğimizin üzerine ekleyelim.

