



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ NOHUT

### Malzemeler:

Yarım kg kemikli kuzu eti  
3 su bardağı nohut  
2 adet kuru soğan  
3 adet sivri biber  
2 adet domates  
1 çorba kaşığı domates salçası  
1 çay bardağı sıvıyağ  
1 tatlı kaşığı tuz  
2 su bardağı et suyu

### Yapımı:

Akşamdan nohut ayıklanır, yıkanır, üzerini 2 parmak geçecek kadar suya ıslatılır. Ertesi günü ıslatma suyu ile yumuşayana kadar haşlanır. Tencereye yağ ve ince doğranmış soğan konur, pembeleştirilir. Et eklenir, karıştırılır, tencerenin kapağı kapatılır. Orta ateşte 20 dakika kadar pişirilir. Daha sonra iri doğranmış sivri biber eklenir. Biber sararınca küp şeklinde doğranmış domates, tuz ve salça eklenir. 5 dakika sonra nohut ve et suyu katılır. Kapaklı olarak, 15-20 dakika daha pişirilir. Sıcak servis yapılır.

---