



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ NOHUT

500 gram nohut
250 gram kuşbaşı koyun eti
2 çorba kaşığı tepelime dolu yağ
ince kıyılmış 2 iri soğan
1,5 çorba kaşığı salça
1 çay kaşığı kırmızıbiber
Tuz
8 bardak et suyu, yoksa su

Nohudu akşamdan bol tuzlu suda bırakın. Sabahleyin yıkayıp yeniden su koyup yarım saat haşlayın. Yağı bir tavaya koyarak kızdırın. Etləri 4-5 dakika bu yağda kavurun. Ardından soğanı ilave edip 3-4 dakika daha kavurun. Daha sonra salçayı katıp 1-2 çevirdikten sonra tuzunu, biberini, nohudu ve suyunu (yada suyu) ilave ederek saat daha pişirin.

