



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAKLI NOHUTLU TÜRLÜ

- 2 adet kabak
- 400 gr kuzu eti
- 1 su bardağı haşlanmış nohut
- 1 tatlı kaşığı mercanköşk
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pulbiber
- 3 yemek kaşığı margarin
- 1 adet patates
- 2 yemek kaşığı salça
- 2 adet domates
- 3 diř sarımsak
- 2 adet yeřil biber

Sebzelerinizi temizleyin ve kabuklarını soyun. Küp doğranmış kuzu etini tabanı kaplayacak şekilde yerleştirin. Küp doğranmış kabak,patates ve domatesleri katın. Sarımsakları doğrayın. Biberleri dörde bölüp içine katın.haşlanmış nohutları ekleyin.ayrı bir tavada 3 yemek kaşığı margarinle salçanızı kavurun, içine mercanköşk, tuz ve pulbiber katın. 2 su bardağı su katın ve kaynatın. Kaynayan salçalı sosunuzu trlnn üzerine katarak orta ateşte pişirin.