



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU KÖFTE

Malzemeler:

1 su bardağı nohut
Yarım demet dereotu
2 adet havuç
1 adet yumurta

Hazırlanışı:

Nohudu bir gece önceden ıslatın. Haşlayıp kabuklarını soyun. Blenderden geçirin. Dereotunu ince kıyın. Havuçları rendenin ince tarafıyla rendeleyin. Yumurta ekleyin. Hepsini iyice yoğurup hamur haline getirin. Islatılmış avuç içleriyle hamurdan parçalar kopartarak hamur şekli verin.