



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU SEMİZOTU

1 su bardağı haşlanmış nohut
1 demet semizotu
150 gr. kıyma
1/2 çay bardağı sıvı yağ
2 adet soğan
4 diş sarımsak
1'er adet havuç ve domates
1 çorba kaşığı salça
2 çorba kaşığı pirinç
Tuz
Karabiber

Küp küp doğranmış soğan ve kıyılmış sarımsağı sıvı yağda kavurun. İnce şerit halinde doğranmış havuçları ekleyip biraz daha kavurun. Kıymayı ekleyin, iki dakika daha kavurun. Salça, doğranmış domates ve pirinci ekleyip birkaç kez çevirin. Ayıklayıp yıkadığınız semizotunu ekleyin. Semizotu diriliğini kaybedene dek kavurun. Tuzunu ve karabiberini ayarlayıp üzerini hafifçe aşacak adar sıcak su katın. Son olarak haşlanmış nohudu ilave edip kısık ateşte pişirin.