



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NOHUTLU ZEYTİNYAĞLI TÜRLÜ

2 kavanoz Penguen Türü
1 kase Penguen Haşlanmış Nohut
2 adet domates
4 diş sarımsak
1 adet kuru soğan
Yarım su bardağı zeytinyağı
1 su bardağı su
Kaya tuzu
Karabiber
Süslemek için dereotu

Soğanı ve domatesi yemeklik doğrayın.

Sarımsakları ince nce kıyın.

Soğanı bir tencerede zeytinyağını yarısı ile kavurmaya başlayın.

Soğan kavrulduktan sonra üzerine 2 kavanoz Penguen Türü ve Penguen Haşlanmış Nohut ilave edin.

1 su bardağı su, kaya tuzu v karabiberi ilave edip 20 dakika pişmeye bırakın.

Türü pişerken zeytinyağının kalan yarısını bir tavaya boşaltıp sarımsak ve domatesi soteleyin.

Türü hazır olunca servis tabağına alın ve üzerine domates sos ve kıyılmış dereotu ile servis edin.

