



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ETLİ NOHUT (DÜDÜKLÜ)

400 gram nohut  
250 gram koyun döşü (kuşbaşı doğranmış)  
300 gram soğan (3 büyük)  
120 gram sadeyağ, ya da margarin (6 çorba kaşığı)  
500 gram domates (3 büyük) ya da 3/4 kahve fincanı tuzsuz domates salçası  
3 bardak su  
2 sivri kırmızı biber  
Tuz

1 Dödüklü tencereye; 6 silme çorba kaşığı sadeyağ, ya da margarin, küçük kesilmiş 3 büyük baş soğan ile, kuşbaşı doğranmış 250 gram koyun döşü koyarak, etlerin hafif renkleri dönünceye kadar aşağı yukarı 10 dakika kavurmalı, sonra etlere; soyulmuş ve küçük kesilmiş üç büyükçe domates, ya da 1 bardak su içinde eritilmiş 1 kahve fincanı tuzsuz domates salçası, 1 bardak su veya et suyu, 2 sivri kırmızı biber, bir çorba kaşığı da tuz ile bir gece önceden suda ıslatılmış ve süzölmüş 400 gram da nohut koyarak, dödüklü tencerenin kapağını kapatmalıdır.

2 Sonra tencereye yüksek ateş vererek, üstündeki dödük yukarıya doğru oynayıp da, bol buhar ve ılık gibi sesler çıkarmaya başladıktan sonra hesap edilmek üzere, nohutları yarıya kadar azaltılmış ateşte 50 dakika pişirmeli ve ateşten alarak buharını boşalttıktan sonra servis yapmalıdır.

[ML® Domatesli Nohut için tıklayın](#)