



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ NOHUT

2 su bardağı nohut  
500 gram kemikli kuzu et  
2 adet soğan  
3 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı salça  
1 çorba kaşığı tereyağı  
3 su bardağı su  
1 adet havuç  
1 adet patates

Öncelikle nohutları düdüklü tencerede bir miktar haşlayın. Ardından tencereye etleri kendi suyunu bırakıp çekene dek güzelce pişirin. Üzerine salça, rendelenmiş soğan ve tereyağını ekleyip kavurun. Üzerine sıcak suyunu ve içine az haşlanmış nohudu da ekleyip kaynamaya bırakın. İrice doğranmış havuç ve patatesleri, sarımsakları da içine ekleyip karıştırın. 20 dakika kadar birlikte pişmeye bırakın. Sıcak olarak servis yapın.