



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ETLİ NOHUT

400 gram nohut
300 gram yağlı koyun eti (döş tarafından olursa iyi olur)
6 çorba kaşığı sadeyağ
3 baş soğan
1 kahve fincanı domates salçası
5 bardak et suya
yeteri kadar tuz
1 tutam kekik

Bir gece önceden tuzlu suda ıslatılan nohutları bol akarsuda iyice ve birkaç defa yıkamalı.

Bir tencereye sadeyağla çentilircesine ince doğranmış soğanları koymalı. Sonra tahta bir kaşıkla karıştırarak soğanları kuvvetli bir ateşte kavurmalı. Bunların rengi pembeleşince tencereye ufak parçalara doğranmış eti katmalı. Tencerenin ağzını örtmeli. Vakit vakit karıştırarak et, suyunu salıp da çekinceye kadar bunları pişirmeli. Et, suyunu çekince bir çorba kaşığı et suyunda eritilmiş salçayı katmalı, tuzunu ve kekiğini attıktan sonra et suyunu katmalı ve kaptakileri 40 dakika kadar hafif bir ateşte pişirmeli.

Beri yanda nohutları, içinde 12 bardak kaynar tuzlu su bulunan bir tencereye koyup dağılmayacak kadar haşlamalı. Nohutlar gereği kadar haşlandıktan sonra delikli bir süzgece dökülerek suyu süzül-meli. Sonra susuz kalan bu nohutları pişmekte olan etin içine boşaltmalı. Söyle bir karıştırdıktan sonra iyice yumuşayınca kadar hafif bir ateşte pişirmeli. Bazı nohutlar geç piştiğinden yemeğin suyu kalmayacaktır. Bu gibi durumlarda yemeğe gerektiğince sıcak et suyu koymak mümkündür.
