



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## ETLİ NOHUT

1 su bardağı kuşbaşı doğranmış et  
1,5 su bardağı haşlanmış nohut  
1 kâse yemeklik doğranmış soğan  
3 yemek kaşığı sıvı yağ  
2 yemek kaşığı salça  
Tuz  
Pul biber

Eti kuşbaşı doğrayın ve haşlayın.  
Soğanları sıvı yağda pembeleşene kadar kavurun.  
Salça, tuz, pul biber ekleyerek 2 dakika kavurun.  
Haşlanmış etleri ve haşlanmış nohudu da ekleyin ve karıştırın.  
Nohutların üzerini geçecek kadar sıcak su ekleyin.  
Kaynatana kadar pişirin. Nohutlu et tarifi hazır.

