



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ETLİ NOHUT

1/2 kilo nohut
2 kaşık yağ
250 gram kemikli, yağlı et
Yeteri kadar tuz.
3 baş soğan

Bir kap içinde et, yağ, kıyılmış soğan kavrulur. Su ilâve edilerek pişirilir. Akşamdan bolca tuzlu suda ıslanmış nohut sabahleyin beş altı su yıkanmış, tuzu iyice çıkmış olarak hazırlanır, bol su ile iyice pişirilir. Biraz soğuk su ilâve edilerek kabukları çıkarılır. Etle beraber pişirilir. Arzu edilirse domates salçası, kırmızıbiber konur.

[ML® Domatesli Nohut için tıklayın](#)