



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖFTELİ NOHUT

2 su bardağı nohut
1 çorba kaşığı tereyağı
2 çorba kaşığı salça
2 adet soğan
4 su bardağı su
2 adet sivri biber
Köftesi için:
300 gram kıyma
Tuz, karabiber
3 diş sarımsak
1 çay kaşığı kimyon

Köfteyi yapmak için kıyma, ezilmiş sarımsak, tuz, karabiber ve kimyonu bir kabın içinde yoğurun. Bu karışımdan küçük köfteler yapın ve fırın tepsisine koyup 10 dakika pişin. Bu arada akşamdan ıslatılmış nohudun suyunu süzün. Tencereye tereyağı koyup rendelenmiş soğanları 3 dakika kavurun. Salça, sivri biber, nohodu içine ilave edip suyunu üzerine ekleyin ve kapağı kapalı olarak pişmeye bırakın. Dödüklü tencerede çok daha kısa sürede pişirebilirsiniz. Nohutlar biraz pişince içine az pişmiş köfteleri koyup pişirmeye devam edin. Daha sonra sıcak olarak servis yapın. Bu şekilde yapılan nohut yemeği, besleyici ve çok lezzetli oluyor.
