



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MERCİMEKLİ NOHUTLU İSPANAK KÖKÜ (GAZİANTEP)

200 gr. ıspanak kökü  
yarım su bardağı haşlanmış nohut  
2 yemek kaşığı haşlanmış mercimek  
2 yemek kaşığı margarin  
1 tatlı kaşığı domates salçası  
1 tatlı kaşığı biber salçası  
1 adet kuru soğan  
1 adet sivri biber  
1 adet havuç  
1 yemek kaşığı limon suyu  
Tuz  
Yarım su bardağı sıcak su

- 1.Yemeklik doğranmış soğanı orta ateste iki dakika margarin ile soteleyin.
- 2.Doğranmış havuç ve biberi ekleyip iki dakika daha sotelemeye devam edin.
- 3.Salçaları ekleyip salça kokusunu kaybedene kadar bir kaç dakika boyunca çevirmeye devam edin.
- 4.Haşlanmış olduğunuz nohut ve yeşil mercimeği ekleyin.
- 5.İspanak kökünü, sıcak suyu, tuzu ve limon suyunu ekleyip kapağı kapalı olarak 10 15 dakika pisirin.