



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MONTONE KUSKUS

4-6 kişilik Malzeme:

350 gr kuskus
500 gr koyun eti
300 gram domates püresi
200 gram nohut
5 havuç
2 soğan
2 patates
1 biber
1 domates
toz biber
1,5 litre su
zeytinyağı
tuz
biber

Nohutu bir gece önceden ıslatın. Ertesi günü, tüm sebzeleri yıkayın, soyun doğrayın. Büyük bir tencereye, yarım bardak ılık su, yağ koyun bütün doğranmış sebzeleri ve nohutu atın pişirin

Soğanı ince kıyın, bir tencerede biraz soteleyin, üzerine domates püresi ve eti ekleyin soteletin. Piştikten sonra sebze tenceresinde az suda pişmiş sebzeleri ekleyerek biraz daha soteleyin, tuz, biber ekleyin.

Ayrı bir kapta kusus pişin. Servis esnasında tabaklara kusukus üzeri etli, sebzeli karışımdan koyun.