



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## NOHUT KÖFTESİ

<https://www.elele.com.tr>

- 1.5 su bardağı haşlanmış nohut
- 1/2 su bardağı haşlanmış kinoa
- 2 yumurta
- 1 büyük avuç kıyılmış maydanoz ya da kişniş
- 1 kuru soğan, rendelenmiş
- 2-3 diş ezilmiş sarımsak
- 1 yemek kaşığı tahin
- 2 tepeleme tatlı kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz

Tüm malzemeyi karıştırıp yoğurun ve yuvarlayın. 180 derece ısınmış fırında 25 dakika kadar üzerleri kızarıncaya kadar pişirin.

