



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## NOHUT SALATASI

1 su bardağı nohut  
1 çay kasığı tuz  
1 diş sarımsak  
2 orta boy soğan  
2 orta boy domates  
2 sivri biber  
Yarım demet maydanoz  
3 yemek kasığı zeytinyağı  
2 yemek kasığı limon suyu  
1 yemek kasığı sirke  
Karabiber

Nohutu 8-10 saat süre ile tuzlu soguk suda birakin. Bir soğanın diş kabuklarını soyun, bütün olarak önceden iletılmış ve süzölmüs nohut ile birlikte bir tencereye yerleştirin. Nohutların üzerini üç parmak geçecek kadar soguk su ile bir tatlı kasığı tuz ekleyin, yumuşayınca kadar haslayın, süzün, soğanı atın. Sogumaya başlamadan üzerine zeytinyağını döküp karıştırın. Sarımsağı ayıklayın, çentim. Diğer soğanı ikiye bölüp yarım ay şeklinde doğrayın. Domateslerin kabuklarını soyun, çekirdeklerini çıkartın ve küp şeklinde doğrayın. Biberlerin saplarını çıkartın, tohumların bosaltın, halka şeklinde doğrayın. Maydanozu yıkayın, ince ince kiyin. Salata kabında yağlanmış nohut, sarımsak, soğan, domates, biber, tuz ve maydanozu karıştırın. Üzerlerine limon suyu ve sirkeyi döküp harmanlayın, biraz dinlendirip servis yapın.

[ML® Nohut Salatası için tıklayın](#)

