



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## NOHUT VIZ YAHNİSİ

2 su bardağı nohut  
2 adet kuru soğan  
1 çorba kaşığı salça  
3 diş sarımsak  
1 çay kaşığı pul biber  
2 su bardağı su  
5 çorba kaşığı sıvıyağ

Nohut akşamdan ıslatılır, ertesi gün yumuşayana kadar haşlanır ve suyu süzülür. Soğan çok ince doğranır, tencereye aktarılır, sıvıyağ eklenir. Orta ateşte şeffaflaşana kadar kavrulur. İnce kıyılmış sarımsak, salça, pul biber ve tuz ilave edilir. Bir kaç dakika çevrilir. Sonra nohut eklenir. 1-2 dakika sonra sıcak su ilave edilir. Kapak kapatılır, 15 dakika kadar pişirilir.