



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUT VURMA

1 su bardağı nohut
3 diş sarımsak
Yarım demet maydanoz
1 çorba kaşığı biber salçası
1 kahve fincanı zeytinyağı
Yarım limon
1 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı kimyon

Nohutlar en az 8 saat önce ıslatılır. Sonra suyu dökülür, yeni su konur ve yumuşayana kadar haşlanır. Sudan alınır ve soğumaya bırakılır. Bu arada sarımsaklar ezilir. Maydanozlar çok ince kıyılır. Bir kaba konur. Üzerine tuz, kimyon, zeytinyağı ve limon suyu konur. Çarpa çarpa karıştırılır. Soğuyan nohuta ilave edilir, karıştırılır.