



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU BRÜKSEL LAHANASI

Yarım kg Brüksel lahanası
1 çay bardağı nohut
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
1 çay kaşığı karabiber
2 adet domates
1 baş soğan
1 kahve fincanı sıvıyağ
Tuz

Nohut 8 saat önceden ıslatılır. Sonra yumuşayana kadar haşlanır. Soğan ince ince kıyılır, tencereye atılır, sıvıyağ ilave edilir, pembeleşene kadar kavrulur. Brüksel lahanaları ilave edilir. 10 dakika kadar çevrilir. Rendelenmiş domatesler, toz biber, karabiber ve tuz ilave edilir. Domatesin rengi değişince nohutlar katılır. Kapak katılır, yaklaşık 10 dakika pişirilir.