



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NOHUTLU İŞKEMBE (AYDIN)

Aydın Valiliği

1 kg işkembe
1 kg arpacık soğan
2-3 diş sarımsak
1/2 kg domates
1 tatlı kaşığı tuz
Karabiber, kimyon, kekik
Defne yaprağı
2 yemek kaşığı domates salçası
250 gr nohut
Kırmızı biber

Gecedan ıslatılan nohut ertesi gün yıkanır ve haşlanır. Küp küp doğranmış işkembe parçaları düdüklü tencerede haşlanır.

Geniş, yayvan bir tencerede arpacık soğan ve sarımsak zeytinyağı ile orta ateşte pembeleşinceye değin kavrulur.

Domates ve salça eklenerek 1-2 dakika daha kavrulur. Soğan, biber kavrulur ve sonra işkembe eklenip kavurmaya devam edilir. Domates, salça eklenir.

İşkembeler haşlama suyu ile kavurma tenceresine eklenir. 10 dakika pişirilir.

Ardından baharatlar, nohut ilave edilir.

Sirkeli, sarımsaklı sosla birlikte sıcak olarak servis edilir.

