



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## NOHUTLU İŞKEMBE

Kullanılacak malzeme:

300 gram nohut,  
2 koyun işkembesi,  
2 baş soğan,  
5 çorba kaşığı sadeyağ,  
1/2 baş sarımsak,  
18 bardak su,  
4 bardak işkembe suyu,  
yeteri kadar tuz ve karabiber,  
1 limonun sarı kabuğu.

Yapımı: İşkembeleri kaynar suyla yıkadıktan sonra iyice kazımalı, sonra birkaç defa daha kaynar suyla iyice yıkayıp el iriliğinde parçalara doğramalı. Doğranmış işkembeleri bir tencereye koymalı. Bunların üstüne yarım baş sarımsakla yarım çorba kaşığı tuz attıktan sonra onsekiz bardak soğuk su dökmeli ve tencereyi kuvvetli bir ateşe oturtmalı. Su ısınıp da yüzünde köpükler belirince bir kevgirle bunları alıp atmalı. Köpükler tükenince tencerenin ağzını örtmeli ve işkembeler pişinceye kadar yani en azından 5 - 6 saat kadar tenceredekileri ortadan az ısılı bir ateşte kaynatmalı. İşkembeler iyice yumuşayıp pişince bunları kevgirle sudan çıkarıp doğrama tahtasına koymalı ve isteğe göre küçük parçalara doğramalı.

Tenceredeki işkembe suyunu süzüp bir kenara bırakmalı.

Beri yanda bir gece önceden bol tuzlu suda ıslatılmış nohutları süzüp bir - iki defa yıkadıktan sonra bir tencereye koymalı. Üstünü örtecek kadar su koyup tencereyi ateşe oturtmalı ve nohutlar hafifçe yumuşayınca kadar 50 - 60 dakika orta ısılı ateşte kaynatmalı. Sonra tenceredeki suyu süzerek dökmeli ve nohutları bir kenara bırakmalı. Bu işler bittikten sonra bir tencereye sadeyağla kıyılırcasına ince doğranmış soğanı koymalı ve karıştırarak kavurmalı. Soğanların rengi dönmeye başlayınca tuzunu ve karabiberini serpmeli, dört bardak da işkembe Şüyu döktükten sonra suyu süzölmüş nohutları katıp tencerenin ağzını örtmeli ve bunları orta ısılı ateşte pişmeye bırakmalı. (Gerekirse işkembe suyundan bir - iki bardak daha konabilir). Nohutlar pişince küçük parçalara doğranmış işkembeleri katmalı ve onbeş dakika daha kaynattıktan sonra kabı ateşten alıp servis tabağına aktarmalı ve sıcak sıcak servis yapmalı.

---