



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU İŞKEMBE

MALZEMELER

adet dana veya koyun iskembesi (hazır iskembe de olabilir)

1 bardak nohut

2 orta boy soğan

1 yemek kasığı domates ezmesi

2 yemek kasığı yağ 1

bas sarmsak

1 bas soğan

YAPILIŞI

İskembeyi temizleyip yıkayın. Bol suyla atese koyun. Kaynamaya başlarken köpüğünü alın. Bir bas ayıklanmamış sarmsak, soyulmuş 1 bas soğan ve yarım limon kabuğu katıp yavaş yavaş kaynatarak pisirin. Nohutu aksamdan tuzlu suda bekletin ve biraz haslayın. Soğanları incecik doğrayın ve 2 kasık yağla börttürün. Domates salçası, 4-5 bardak iskembe suyu (kafi gelmezse sıcak su ekleyin) katın. Küçük parçalar halinde doğradığınız iskembeleri, haslanmış nohudu koyup kısık ateşte pisirin. Tuz, karabiber ve kırmızıbiber atın, 1-2 bardak suyu kalınca atesten indirin.
