



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU İŞKEMBE YAHNİSİ

Malzeme :

1 kg. siğir işkembesi veya 1 kg. hazır işkembe,
1 bardak nohut,
1 kaşık yağ,
1 kaşık un,
1 kaşık domates ezmesi,
1 adet soğan,
2 diş sarımsak,
yarım demet maydanoz,
kırmızı ve karabiber,
tuz.

Yapılışı:

- 1- İşkembeyi temizleyip pişiriniz.
- 2- Akşamdan ıslatılmış nohutu hafifçe haşlayınız.
- 3- Bir tencereye yağı ve doğranmış soğanı koyup hafif kavurunuz unu koyunuz. 1-2 defa da bununla kavurunuz.
- 4- Sonra sulandırılmış salçayı, küçük doğranmış sarımsağı koyunuz.
- 5- İki bardak sıcak su, 2 bardak işkembe suyu koyup kaynatınız.
- 6- Haşlanmış nohutları süzüp ilave ediniz.
- 7- Nohutlar kaynarken küçük karelere doğranmış işkembeleri koyunuz.
- 8- Tuz ve biberlerini atıp 1 bardak suyu kalıncaya ve nohutlar da iyice yumuşayınca kadar pişiriniz.
- 9- Ateşten alıp servis tabağına boşaltıp üzerine kıyılmış maydanoz serpip servis yapınız.