



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## NOHUTLU MAYDANOZ (AFYONKARAHİSAR)

### Malzemeler:

- 1 su bardağı nohut
- 4 bağı maydanoz
- Yarım su bardağı pilavlık bulgur
- 1 adet orta boy kuru soğan
- 1 çorba kaşığı salça
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 1 tatlı kaşığı tuz

### Hazırlanışı:

Nohut bir gün önceden ayıklanır, yıkanır, temiz suya ıslatılır. Ertesi günü yumuşayana kadar haşlanır. Soğan yarım daire şeklinde doğranır, sıvı yağla, orta ateşte sararana kadar kavrulur. Salça eklenir, kokusu gidene kadar birkaç kez çevrilir. Üzerine yıkanmış, sapları ile iri doğranmış maydanoz katılır. Yıkanmış bulgur, haşlanmış nohut eklenir, tuz serpilir. Karıştırılmadan tencerenin kapağı kapatılır. 5 dakika sonra 1 su bardağı sıcak su ilave edilir, karıştırılır. Tencerenin kapağı kapatılır 20 dakika orta-kısık ateş arası konumda pişirilir. Ateşten alınır, 10 dakika sonra servise sunulabilir.