



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU SAC KAVURMA

- 1 su bardağı nohut
- 1 kg kuzu kuşbaşı
- 2 adet soğan
- 4 adet domates
- 4 adet sivri biber
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı kekik
- 1 çay kaşığı karabiber

Nohut, düdüklüde haşlanır ve suyu süzülür. Tavaya et konur, suyunu bırakıp çekene kadar ve kızarana kadar kavrulur. Bu arada soğan ince kıyılır. Domatesin çekirdekleri çıkarılır, kuşbaşı büyüklüğünde doğranır. Biber de yuvarlak doğranır. Ete 5'er dakika arayla soğan, biber, nohut ve domates ilave edilir. Ateşten almadan hemen önce tuz, kekik ve karabiber ilave edilir. Ateşten alınır.