



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SALMA AŞI

1 su bardağı haşlanmış nohut  
Yeteri kadar su  
1.5 kg. kemikli kuzu eti  
1/2 kahve fincanı + 6 çorba kaşığı sirke  
1 tatlı kaşığı safran  
100 gram tatlı badem  
6-7 diş sarımsak  
2 çorba kaşığı bal  
6 çorba kaşığı tereyağı  
Tuz Hamur için:  
7-8 çorba kaşığı un  
Aldığı kadar su  
Tuz

Eti, üzerini geçecek kadar sıcak su ilave ederek pişmeye bırakın. Safranı, yarım kahve fincanı sirke ve yarım kahve fincanı suda iki saat bekletin. Un ve tuzu, azar azar ılık su ilave ederek yoğurun. Nohuttan biraz daha büyük parçalar koparıp tuzlu suda beş dakika haşlayıp süzün. Bal ve kalan sirkeyi karıştırın. Et bir saat pişince nohut ve tereyağını ilave edin. Bir saat daha pişirip kabukları soyulmuş badem, tuz ve safranı ekleyip bir-iki taşım kaynatın. Haşlanmış hamurları, dövülmüş sarımsağı ve ballı sirkeyi tencereye ekleyip 15 dakika daha pişirin.