



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL DOMATES AŞI

THY Skylife

1 kg yeşil domates
1 kuru soğan
100 g nohut
100 g buğday
100 g süzme yoğurt
20 g un
1 limon suyu
20 g tereyağı
3 g tuz

Bir gün önceden nohut ve buğday ıslatıp haşlanır. Yeşil domatesler doğranır. Tencereye zeytinyağı konulur, kuru soğanlar kavrulur. Domatesler eklenip bir-iki dakika kavrulur. Üstünü aşacak kadar su ile ilave edilip kaynatılır. Kaynarken önceden haşlanan nohut, buğday ve tuz eklenir ve pişirilir. Ayrı bir çukur kapta süzme yoğurt, un ile limon suyu bir çay bardağı su eklenerek karıştırılır. Pişmek üzere olan domates aşının içine yavaşça dökerek karıştırılır. Kaynayınca ocağın altı kapatılır. Sıcak olarak servis edilir.
