



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU NOHUTLU ET

1 kase süzme yoğurt
1 adet yumurta
2 çorba kaşığı un
1 çay kaşığı tuz
2 su bardağı su
1 su bardağı nohut
Yarım kg dana kuşbaşı

Nohut akşamdan ıslatılır. Sabah suyu dökülür, düdüklü tencereye aktarılır. Üzerine et ve 2 su bardağı su ilave edilir. Kapağı kapatılır, ötmeye başlayınca ateş azaltılır, 20 dakika pişirilir. Çıkan et ve nohut suyu alınır, biraz ılması için beklenir. Sonra başka bir kaptaki yoğurt, yumurta, un ve ılık et suyu iyice çırpılır. Etli nohutun üzerine dökülür. Karıştırarak bir taşım pişirilir. Ateşten almadan önce tuz ilave edilir.