



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Fırında Nohutlu Kış Sebzeleri



Süre: 50 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 35 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Nohut ve sebzeler aynı tepside yüksek ısıda fırınlanır. Eşit kesim ve tepside tek kat düzen, haşlanmak yerine kızarmalarını sağlar.

Malzemeler:

- 2 su bardağı haşlanmış nohut
- 2 havuç, iri doğranmış
- 1 küçük karnabahar, çiçeklere ayrılmış
- 1 kırmızı soğan, kalın dilimlenmiş
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı kimyon
- Yarım çay kaşığı toz biber
- Tuz ve karabiber
- Servis için limon ve maydanoz

Ön Hazırlık:

Konserve nohudu durulayıp kurulamak fazla nemi azaltır.

Yapılışı:

1. Sebzeleri çeşnilendirin:

- Fırını 210°C'ye ısıtın. Nohudu süzüp kağıt havluyla kurulayın.
- Havuç, karnabahar, soğan ve nohudu yağ, kimyon, toz biber, tuz ve karabiberle harmanlayın.

2. Fırınlayın:

- Tek kat olarak geniş tepsiye yayın. Üst üste yığmayın; malzeme buharda yumuşar.
- 20 dakika sonra çevirin; havuç yumuşayıp karnabahar kenarları kızarana kadar 12-15 dakika daha pişirin.

3. Servis edin:



- Fırından çıkarıp limon sıkın ve kıyılmış maydanozla ılık servis edin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Havuç çatal batacak kadar yumuşak, karnabahar kenarları kızarmış olmalıdır.

Saklama:

Kapalı kapta buzdolabında 3 güne kadar saklayın; fırında veya tavada ısıtın.

Kiraz'ın
Mutfağı