



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Бобы в йогурте

Yoğurtlu Bakla



500 гр. свежей баклы (сорт бобовых)
300 гр. куриной грудки
1 стакан вареного нута
1 головка свежего чеснока
1 ч.л. соли
1 чашка йогурта
1 яйцо
 $\frac{3}{4}$ стакана воды
Полить сверху:
6 ст.л. растит. масла
1 ч.л. острого красного перца

- # Куриную грудку крупно порезать, положить в кастрюлю. Добавить воды, чтобы накрыла мясо, закрыть крышкой, довести до кипения на среднем огне и варить 10 минут.
- # Затем добавить порезанную на части баклу и мелко порезанный чеснок, не перемешивать.
- # Через 15 минут добавить нут и соль. Готовить пока бакла сварится.
- # Взбить йогурт с водой, яйцом и солью.
- # Вылить йогуртовую смесь на баклу и первый раз перемешать.
- # Держать на огне пока йогурт подогреется, затем снять с огня.
- # Выложить на блюдо и сверху полить раскаленным с красным перцем маслом.

Вместо свежего чеснока можно использовать 2-3 зубчика высушенного.