



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FISTIKLI HUMUS

2,5 su bardağı haşlanmış nohut
3 diş sarımsak
1 su bardağı tahin
1 çay bardağı zeytinyağı
1 su bardağı su
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı tuz
2 limon suyu
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
1 tatlı kaşığı acı biber salçası
2 çorba kaşığı zeytinyağı
2 çorba kaşığı dolmalık fıstık

Mutfak robotuna yeni haşlanmış sıcak nohudu ve haşlama suyundan bir su bardağı suyu ekleyip püre haline getirin. İçine tahin, zeytinyağı ve limon suyu ilave ederek karıştırmaya devam edin. Ezilmiş sarımsak, kimyon, tuz ve pul biberi ekleyip kıvamına bakın. Gerekirse biraz daha üzerine zeytinyağı ve limon suyu ekleyebilirsiniz. Servis tabağına alın. İstenirse, zeytinyağında dolmalık fıstıkları ve acı salçayı kavurup humusun üzerine gezdirin ve servis yapın.