



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HUMUS (DÜDÜKLÜ)

4 kişilik

Gerekli malzeme:

Yarım kg nohut

Yarım su bardağı su

1 su bardağı tahin

1 baş dövülmüş sarımsak

1 limon

1 çorba kaşığı kimyon

Yarım demet maydanoz

1 çorba kaşığı tereyağı

1 tatlı kaşığı kırmızıbiber

2 tatlı kaşığı tuz

Nohutu akşamdan 1 tatlı kaşığı tuzlu suda ıslatın. Dödüklü tencerede 45 dakika pişirip suyunu süzün. Yarım su bardağı su ilave edip blenderden geçirin.

Ayrı bir kapta tahin, dövülmüş sarımsak, limon suyu, kimyon, ve tuzu karıştırın. Blenderdeki nohutların üzerine hazırladığınız bu karışımı ekleyip 3 dakika karıştırın ve servis tabağına yayın.

Tavada tereyağını eritin. Kırmızıbiberi ilave edip karıştırın. Humusun üzerine tereyağlı karışımı gezdirin.

Kıyılmış maydanozla süsleyerek servis yapın.