



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HUMUS

500 gr. haşlanmış nohut
5 çorba kaşığı tereyağı
1,5 su bardağı tahin
2 diş sarımsak
1 limon
1 çorba kaşığı çam fıstığı
Tuz

Haşlanmış nohut ince delikli süzgeçten iki kez geçirilir. Limonların suyu sıkılır, sarımsak ezilir. Tahin ezilip püre haline getirilmiş nohuda karıştırılıp tuz eklenir. Bu karışım düz bir tabağa yayılarak konulur. Tereyağı tavaya alınır fıstıklar ilave edilir bir süre kavrulur. Sonra bu yağ humusun üzerine dökülerek sıcak sıcak ikram edilir.

