



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## HUMUS

1 Bardak haşlanmış nohut  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
4-5 diş sarımsak  
1 tatlı kaşığı kimyon  
2 çorba kaşığı tahin  
Yarım tatlı kaşığı karabiber  
yarım tatlı kaşığı kırmızı pul biber  
1 çorba kaşığı tuz

Sarımsaklar soyulur, dövülür. Haşlanmış nohut robottan geçirilerek püre haline getirilir. Bütün malzemeler karıştırılır. Bir gün buzdolabında bekletilirse daha lezzetli olur.

[ML@ Humus için tıklayın](#)

