



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HUMUS

250 gram nohut
1 fincan tahin
3 limon
1 ay fincanı zeytinyağı
Kırmızıbiber
Tuz

Nohutları akşamdan ılık suda ıslatınız. Bol su ile bir tencereye koyup haşlayınız. Suyunu süzüp elekten geçiriniz. İçine bir fincan tahin koyarak yediriniz, Ekşi tada gelinceye kadar limon koyunuz Tuzunu ve biberini ilave ederek patates püresi kıvamına gelinceye kadar karıştırınız. Servis tabağına koyarak üstüne kırmızı yağ gezdiriniz.
