



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇERİ DOMATESLİ NOHUTLU HİBEŞ

- 1 ay bardađı tahin
- 1 tutam maydanoz
- 1 su bardađı ceviz içi
- 3 diř sarımsak
- 4 yemek kaşığı limon suyu
- 2 su bardağı haşlanmış nohut
- 1 yemek kaşığı margarin
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 ay kaşığı karabiber
- 7 adet eri domates

Sarımsakları ve ceviz ilerini havanda ayrı ayrı dvn. Daha önce haşladığınız nohutları kevgirden geçirin. Bir tavada 1 yemek kaşığı klasik margarinle pre halindeki nohutu tuz ve karabiber ekleyerek kavurun. Tahinin içine sarımsak, ceviz, limon suyu ve kavrulmuş nohutu ekleyin. Tüm malzemeyi karıştırın. Maydanozla ve eri domatesle servis yapın.

