



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMMUSA (KARATAŞ ADANA)

Duygu Özcan

Karpuz çekirdeği

Nohut

Susam

Buğday

Bolca tuz

Alüminyum tencerede bolca tuz eklenerek sırasıyla ayrı ayrı kavrulur. (önce susam, sonra nohut, sonra buğday, sonra karpuz çekirdeği gibi)

Her birinin kavurması bittiğinde tuzu elenir.

En sonunda kavurulmuş ve elenmiş olan hammusalar karıştırılarak kavanozlarda saklanır. Çay yanında servis edilir.

