



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİBEŞ (ANTALYA)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

Tahin: 1 su bardağı
Sarımsak: 3 diş
Limon: 2 adet
Kimyon: 1 tatlı kaşığı
Kırmızı toz biber (acı): 1 kahve kaşığı
Tuz: 1 kahve kaşığı

- 1.Çukur bir kap içine tahini, ezilmiş sarımsak dişlerini, kimyonu, kırmızı biberi ve tuzu koyunuz. Çırparak karıştırınız.
- 2.Limon suyunu azar azar ekleyip, karıştırarak tahine yediriniz. Boza kıvamı bir karışım tutturunuz. Karışım fazla yoğun ise, ½ veya 1 kahve fincanı suyu azar azar ekleyip, karıştırarak kıvam tutturunuz.
- 3.Hibeşi servis kabına aktarıp, sofraya veriniz.

Not: Hibeş hem salata hem de sos olarak Antalya sofralarında yer alır. Örneğin; haşlanmış patates, taze veya kuru fasulye üzerine gezdirilir. Farklı lezzetler elde edilir. Bazı uygulamalarda inceltme işi su yerine zeytinyağı kullanılarak yapılmaktadır. İstiyorsanız hibeşe ilave olarak karabiber koyabilirsiniz. Ünlü Arap mezesi humusun, Antalya uygulamasını elde etmek istiyorsanız hibeşe haşlanmış veya ezilerek püre haline getirilmiş nohut katınız. Hibeş adı altında humus tatmış olursunuz. Çok ekşi sevmiyorsanız limon miktarını azaltabilirsiniz.

