



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HUMUS

3 su bardağı nohut
1 su bardağı su
3 yemek kaşığı tahin
6 tane sarımsak
1 limon
Maydanoz
Tuz
Sıvı yağ
Kimyon
Pul biber

Nohutları yıkayıp iyice haşlıyoruz. Haslanan nohutların içinde su kaldıysa bi kaba suyunu alın 1su bardağı ölçün suyundan [eğer hiç su kalmadıysa Çeşme suyu koyabilirsiniz] nohutları 1su bardağı suyla birlikte robotta iyice ezin.

İçine ezilmiş sarımsak tahin tuz limon suyu ekleyip tekrar robottan geçiriyoruz (tadına bakın ona göre ekşisini tuzunu damak tadını za göre artırabilirsiniz) servis tabağına alın üzerine kimyon pulbiber maydanoz ısıtılmış sıvı yağ döküp servis ediyoruz.

