



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HUMUS

Nohut 1000 g
Su (Oda Sıcaklığında) 2000 ml
Tahin 4 yemek kaşığı
Sarımsak 4 diş
Tuz 1/2 tatlı kaşığı
Kimyon 1 tatlı kaşığı
Limon (Suyu) 1/2 adet
Su (Ilık) 3/4 su bardağı
Zeytinyağı 1 çay bardağı
Toz Kırmızı Biber 1 tatlı kaşığı

Geniş bir kabın içerisine nohutları alın. Üzerini geçecek kadar ılık su ve 2 yemek kaşığı tuz ilave ederek kabın ağzını kapatın ve 1 gece oda sıcaklığında bekletin. Ertesi gün nohutları 3-4 defa temiz sudan geçirerek fazla tuzundan arındırın. Gurme Şef Çok Amaçlı Pişiricinin haznesine nohutları ve haşlama suyunu alın, ardından yüksek basınçta Dödüklü Baklagiller modunda 20 dk. pişirin. Pişirme işlemi bitince, Gurme Şef Çok Amaçlı Pişirici soğuduktan sonra basıncını tahliye edin ve kapağını açın. Haşlanan nohut ve kalan tüm malzemeleri bir mikser yardımı ile istediğiniz kıvama getirin.

