



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HUMUS

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

300 g nohut
600 ml su
3 diş sarımsak, ezilmiş
120 ml zeytinyağı
100 g tahin
20 ml limon suyu
2 tatlı kaşığı tuz
½ tatlı kaşığı pul biber
4-5 dal maydanoz
½ tatlı kaşığı sumak
½ tatlı kaşığı kimyon

Nohudu yıkayın ve 400 ml suda bir gün önceden ıslatın.

200 ml su ekleyip, tencerede, iyice yumuşayana dek yaklaşık 1 saat pişirin.

Pişme suyundan dışarı alın, kabuklarını çıkarıp blender ile ezin.

Sarımsakları 100 ml zeytinyağı, tahin, limon suyu ve tuzla birlikte ezilmiş nohuda ekleyin.

Karışıma nohudun pişme suyundan 50 ml ekleyin ve karıştırın, servis tabağına alın.

Humusu maydanoz yapraklarıyla süsleyin. Üzerine sumak ve kimyon serpin.

20 ml yağı sıcak ya da soğuk olarak humusun ortasında bir çukur açarak içine dökün ve pul biberi de ekleyerek servis edin.

