



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## HUMUS

250 gr Nohut  
1 su bardağı Tahin  
1 kahve fincanı Zeytinyağı  
5-6 diş Sarımsak  
Yarım su bardağı Su  
2 adet limonun suyu  
Tuz  
Kırmızı Biber  
Kimyon  
Sumak

Nohut iyice pişirilir ve robottan geçirilir.

Tahin, ezilmiş sarımsaklar, tuz, su ve limon suyu karıştırılır. Nohutla karıştırılır. Servis tabağına konur.

Öte yanda bir tavada zeytinyağında kırmızı biber, sumak, kimyon kızdırılır ve bu karışım Humusun üzerinde gezdirilir.

İsteğe göre üzerine, maydanoz, dereotu, kuru nane ilave edilebilir.

