



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HUMUS

1 Bardak haşlanmış nohut
Yarım çay bardağı zeytinyağı
4-5 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı kimyon
2 çorba kaşığı tahin
Yarım tatlı kaşığı karabiber
yarım tatlı kaşığı kırmızı pul biber
1 çorba kaşığı tuz

Sarımsaklar soyulur, dövülür. Haşlanmış nohut robottan geçirilerek püre haline getirilir. Bütün malzemeler karıştırılır. Bir gün buzdolabında bekletilirse daha lezzetli olur.

[ML@ Humus için tıklayın](#)

