



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HUMUS

250 gr nohut
250 gr tahin
4 diş sarımsak
2 limonun suyu
1 demet maydanoz
4 ay kaşığı kimyon
1 orba kaşığı sumak
2 orba kaşığı margarin
1/2 çay kaşığı acı kırmızıbiber
4 kahve kaşığı tuz

Bir gece evvelden ıslattığınız nohudu haşlayın. Piştikten sonra kabuklarını ayıklayın ve havanda iyice dövüp, bir tabağa koyun. Havanda dövdüğünüz sarımsakları, limon suyu, 2 çay kaşığı kimyon ve tuzla birlikte tahine ilave edip, iyice karıştırın. Bu karışıma ezilmiş nohut ve 1/2 su bardağı su ilave edin. Koyu bir kıvam tutuncaya dek iyice karıştırmaya devam edin. Karışımı tabaklara yayarak birer parmak kalınlığında dökün. Üzerine kimyon, kıyılmış maydanoz ve sumak serpiştirin. Yađ ve kırmızıbiberi bir tavada iyice kızdırıp, üzerine dökün ve servis yapın.