



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## HUMUS

2 bardak iyi haşlanmış nohut

1 adet orta boy patates

1/2 bardak tahin

3 adet limonun suyu

1 baş temizlenmiş sarımsak

1 kaşık tereyağı

Yeterince tuz, kimyon, pul biber ve sumak

Haşlanmış nohut ve patates süzgeçten geçirilerek püre haline getirilir. Üzerine tahin, limon suyu, dövülmüş sarımsak ve baharatlar da eklenerek servis tabağına alınır. Üzeri kaşığın tersiyle düzeltilen humus kızdırılmış tereyağı ile yağlanır ve arzuya göre sumak ve pul biber ile süslenir.

---