



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HUMUS

1 Bardak haşlanmış nohut
3-4 Diş Sarımsak (dövülmüş)
1 Tatlı kaşığı kimyon
½ Bardak tahin
1 Çorba kaşığı zeytinyağı
Karabiber
Kırmızıbiber

Haşlanmış nohudu blender'dan geçir. Diğer malzemeleri de ekleyerek karıştır.
