



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HUMUS

2,5 su bardağı haşlanmış nohut
3 diş sarımsak
1 su bardağı tahin
1 çay bardağı zeytinyağı
1 su bardağı su
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı tuz
2 limon suyu
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber

Mutfak robotuna yeni haşlanmış sıcak nohudu ve 1 bardak haşlama suyu koyup püre haline getirin. İçine tahin, zeytinyağı ve limon suyu ilave ederek karıştırmaya devam edin. Ezilmiş sarımsak, kimyon, tuz ve pul biberi ekleyip kıvamına bakın. Gerekirse üzerine biraz daha zeytinyağı ve limon suyu ekleyebilirsiniz. Servis tabağına alıp kızarmış ekmekle servis yapın.

