



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HUMUSLU & PASTIRMALI ETİMEK

8 dilim Çok Tahıllı, Ekşi Mayalı Etimек

200 gr. haşlanmış nohut

2-3 çorba kaşığı tahin

2-3 çorba kaşığı limon suyu

1 diş sarımsak

2 çorba kaşığı zeytinyağı

1 çay kaşığı tuz

3 küp buz

4-5 dilim pastırma

Biber turşusu

Taze kekik

200 gr haşlanmış nohutun kabuklarını soyun.

Öneri: Nohutları kolayca soymak için pirinç yıkama kabına veya büyük bir kaseye alarak elinizde ovuşturup soyabilirsiniz. Ardından ayıkladığınız nohutların üzerine su doldurun ve fazla suyu dökün. Kabuklar tanelerden hafif olduğu için suyu dökerken yukarıda kalacak ve böylece kolayca ayrılacaktır. Nohutları mutfak robotuna ekleyin.

Üzerine 2-3 çorba kaşığı tahin, 2-3 çorba kaşığı limon suyu, 1 diş sarımsak, 2 çorba kaşığı zeytinyağı, 1 çay kaşığı tuz ve 1 küp buz ekleyip pürüzsüz bir kıvam alıncaya kadar çekin. Çekerken arada kalan buz tanelerini de atın.

Ardından, hazırladığınız humusu Etimекlerin üzerine sürün.

4-5 dilim pastırmayı küçük parçalara ayırıp üzerlerine yerleştirin.

Son olarak biber turşusu ve taze kekikle süsleyin.

