



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## HUMUSU A-LA

<https://www.elele.com.tr>

250 g nohut  
3 yemek kaşığı bezelye  
1 diş sarımsak  
1/2 orta boy kırmızı soğan  
1 tutam taze nane  
1 tutam taze kişniş  
1/4 acı kırmızı biber  
1/4 çay kaşığı zencefil  
1 çay kaşığı kimyon  
1/2 çay kaşığı kırmızı toz biber  
1/2 çay kaşığı yenibahar  
1 tatlı kaşığı tuz  
1/2 çay kaşığı kabartma tozu  
1 yemek kaşığı zeytinyağı  
Humus için:  
100 g nohut  
20 g tahin  
1 tutam limon tuzu  
1 tatlı kaşığı tuz  
2 çay kaşığı beyaz toz biber  
3 yemek kaşığı zeytinyağı  
Garnitürü için:  
1 adet avokado  
1/4 salatalık  
1/4 havuç  
2 adet kiraz domates  
1/2 salatalık turşusu  
1 adet arpacık soğan turşusu

Humus için, bir gün önceden nohudu ılık suya koyun, ertesi gün süzüp iyice yıkayın. Su ilave edip yumuşayınca kadar haşlayın. Haşlanmış nohudu süzdürüp soğutun. Diğer malzemeleri ilave edip, mikserden geçirerek, püre haline getirin.

Nohudu bir gün önceden üzerini bir karış geçecek kadar ılık suya koyup ıslayın. Ertesi gün süzüp iyice yıkayın. Çiğ olarak diğer malzemelerle birlikte mikserden geçirin. Arzu ettiğiniz şekli verip derin yağda kızartın.

Tabağınıza humus ve falafeli yerleştirip üzerini garnitürlerle süsleyerek servise hazır hale getirin.



© lezzetler.com tarif no:147881 • adi:Humusu A-la • gönderen:damat bey • indirme tarihi:19.08.2025 - 10:22