



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ILIK HUMUSLU KÖFTE

Nohut 500 gr
Haşlama Suyu Yarım su bardağı
Tahin Yarım çay bardağı
Kimyon 1 çay kaşığı
Limon Suyu 2 adet
Sarımsak 3-4 diş
Tuz Bir tutam
SuperFresh İnegöl Köfte 1 paket
Zeytinyağı 1 yemek kaşığı
Tereyağı 2 yemek kaşığı
Kırmızı Pul Biber 1 tatlı kaşığı

Bir gece önceden suda beklettiğiniz nohutları tuzlu suda haşlayın ve kabuklarını soyun. Soymuş olduğunuz nohutların üzerine haşlama suyundan ayırdığınız yarım su bardağı suyu ekleyin, gerekirse daha fazla su ekleyebilirsiniz. Sarımsakları ezin ve nohuta ekleyin. Tahin, kimyon ve limon suyunu da ekleyip karıştırın. Tüm harcı robottan geçirin. Tuz ekleyin. SuperFresh İnegöl Köftelerin iki tarafını zeytinyağında kızartın. Humusu bir tencereye alın ve karıştırarak ısıtın. Tereyağı ile pul biberi kızdırın. Humusu servis tabağına koyun, SuperFresh İnegöl Köfteleri ekleyin ve kızdırdığınız yağı ekleyin.

