



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

NOHUT EZMESİ

1 su bardağı nohut
2 diş sarımsak
1 baş soğan
5 çorba kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz

Nohut haşlanır, blenderden geçirerek püre yapılır. Soğan ince doğranır ve tuzla ovulur. Nohutun üzerine katılır. Dövmüş sarımsak, zeytinyağı da eklenir ve karıştırılır.
