



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PANCARLI HUMUS

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

- 1 adet pancar
- 2/3 su bardağı yoğurt
- 1 çorba kaşığı tahin
- 1/2 çay kaşığı kimyon
- 1 diş sarımsak veya 1/2 çay kaşığı sarımsak tozu
- 3 tatlı kaşığı limon suyu
- 1 tutam karabiber, tuz ve kırmızı biber

Tüm malzemeler blendera koyup, karıştırın. Dilerseniz servis etmeden önce üzerine biraz sızma zeytinyağı gezdirin.

