



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتأبي لذيد المتواضع من وصفات الأكل

سلطة الحمص Nohut Salatasi



١ كُوب ماء حمص
٦ أَعْدَاد بَصَل أَخْضَر
٣ أَعْدَاد طَمَاطِم
٥ أَعْدَاد فَلَفل أَخْضَر
٢ مَلْعَقَة حَسَاء زَيْت ال
١ بَمَلْعَقَة حَلْو مَلْح
١ مِيَاه لِيْمُون
نِصْف بَاقَة بَقْدُونِس

يغلي الحمص ويبرد
يضاف عليها المقطع الطماطم الصغيرة ومقطع رقيق بصل أخضر وفلفل حار
يسكب عليها الليمون زيت الزيتون صلصة التي تتكون من الملح وتخلط جيدا
تنتشر على السلط بقدونس الذي قطعت رقيقاً
بعدما بقي في الثلاجة يتم احضارها إلى الطاولة

ملاحظة : يمكن تصليح هذا السلطة باستخدام بصل جاف بدلاً من بصل طازج