



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## De alubias blancas, con ensalada de pasta de semillas de sés

Tahinli Piyaz



1+1/2 vaso de frijoles blancos  
1/2 vaso de pasta de semillas de sésamo (tahín)  
4 dientes de ajo  
3 cucharadas de jugo de limón  
2 cucharadas de aceite de oliva  
1 cucharada cumin  
1 cucharadita de pimienta roja triturdos  
1 cucharadita de sal

- # Por la noche, el grano limpio, lavar, poner en un bol y añadir 5 taza de agua. Esto hace que los frijoles más blandos para el día después de la cocción.
- # El día después, vierta el agua y los frijoles en una olla y hervir hasta ablandar frijoles.
- # Entre tanto, poner tahín, aceite de oliva, jugo de limón, ajo machacados, cumin, la sal y la pimienta roja triturada en un bol y mezclar hasta que quede suave
- # Escurrir los frijoles hervidos, poner en una placa de enfriamiento para que no.
- # Extender la mezcla en frío frijoles, puede utilizar aplastado pimienta rojo y el perejil para adornar.
- # Si esta ensalada de esperar 2 horas después de la preparación, que será más deliciosa.

**Nota:** Se trata de un interesante sabor de la región de Antalya.