

وصفة لتحضير الحمص - لذيذة :-)

الهدف/النتيجة:

وصفة لتحضير 3-4 حصص من الحمص

المكونات:

- 3 أكواب من حبوب الحمص
- فصان من الثوم
- 1/3 كوب من الطحينة
- ملعقتان من عصير الليمون الطازج
- ملعقة واحدة من الملح
- زيت زيتون

التعليمات/الخطوات:

- 1 انقعوا 3 أكواب من الحمص واسلقوها في ماء ساخن لمدة ساعتين. ضعوها في الثلاجة لتبرد لمدة اثنتي عشرة ساعة.
- 2 قشروا الحمص عبر وضعه تحت المياه الجارية لإزالة قشرته.
- 3 اهرسوا الحمص في خلاط الطعام لمدة عشر دقائق.
- 4 أضيفوا على خليط الحمص 1/3 كوب من الطحينة، وملعقتين كبيرتين من عصير الليمون، وملعقة واحدة صغيرة من الملح.
- 5 ضعوا الخليط في الثلاجة لمدة ساعتين، ثم قتموه.

المصدر: يستضيف Meta هذا المحتوى ويتضمن حالياً موارد التعلم المستمدة من مشروع Youth and Media في مركز Berkman Klein Center for Internet & Society في جامعة هارفارد، بموجب ترخيص المحتوى، بما في ذلك نسخ الأعمال المشتقة وإعدادها، سواء كانت تجارية أو غير تجارية، طالما أنكم تتسبون مشروع Youth and Media كمصدر أصلي وتتبعون الشروط الأخرى للترخيص، وتشاركون أي أعمال أخرى بموجب نفس الشروط.