

Knorr

PRATİK HUMUS

Reçete Kitapçığı



Destekle. İlham ver. Geliştir.

Geleneksel humus lezzetinden heyecan veren tariflere...

Orta Doęu ve Akdeniz mutfağıyla özdeşleşmiş olan humus, dünya mutfağından farklı reğetelere mükemmel uyumu ile her damak tadına hitap edebilen "en trend" lezzetlerden biri. Siz de geleneksel humus lezzetini heyecan veren tariflere dönüştürerek, hem menünüzü farklılaştırabilir hem de misafirlerinize özgün ve besleyici bir lezzet deneyimi yaşatabilirsiniz.



Knorr®

PRATİK HUMUS

Karışımı'nın Avantajları:

- 👍 Trend lezzetiyle, reçetenizi farklılaştırma imkânı sunar.
- 🕒 Dakikalar içinde hazırlanışı sayesinde mutfak operasyonunuzu rahatlatır.
- ⊕ Çok amaçlı kullanımı ile wrap, quesadilla, salata gibi farklı yemek çeşitlerini zenginleştirir.
- 👉 Dip sos veya garnitür olarak servis edilebilir.
- 🌱 Vejetaryen tarifler için uygundur.

sadece
5
dakikada
1 paket humus
karışımı ile
10kg humus
elde edin!



Ürün Kodu	Ürün Tanımı	Raf Ömrü	Koli Barkod	Adet Barkod
68648828	KNORR FS PRATİK HUMUS 3X2,5 KG	9 ay	8690637505928	8690637505911

İçindekiler

KÖZLENMİŞ KIRMIZI BİBERLİ NOHUT MUHAMMARA

Maydanoz ve Zeytinyağı ile

FIRINLANMIŞ PANCARLI HUMUS

Izgara Ekmek Dilimleri ile

IZGARA KUZU KÖFTE

Tahinli Fasulye Humus ve Pita Ekmeği ile

NOHUT PÜRESİ ÜZERİNDE IZGARA SEBZELER

Gevrek Bahçe Yeşillikleri ve Fesleğenli Sos ile

TAVUKLU VE HUMUS SOSLU CAESAR SALATASI

Parmesan Peyniri, Kruton ve Kurutulmuş Et Parçacıkları ile

PORTAKALLI HUMUS SOSLU SALATA

Turp, Salatalık ve Taze Baharatlar ile

PASTIRMALI ILIK HUMUS

Çam Fıstığı ile

FALAFEL TACO

Humus ve Naneli Yoğurt ile

HUMUS YATAĞINDA MÜCVER

Ege Yeşillikleri, Kavrulmuş Ceviz ve Kişnişli Yoğurt Sos ile



Tarifler



KÖZLENMİŞ
KIRMIZI BİBERLİ
NOHUT MUHAMMARA

KÖZLENMİŞ KIRMIZI BİBERLİ NOHUT MUHAMMARA

Maydanoz ve Zeytinyağı ile



Malzemeler

Miktar

Knorr Pratik Humus Karışımı	50 g
Sıcak su	150 ml
Közlenmiş kırmızı biber	200 g
Domates salçası	30 g
Biber salçası	25 g
Kırmızı tatlı toz biber	6 g
Ceviz (ince çekilmiş)	100 g
Beyaz peynir (tam yağlı, az tuzlu)	220 g
Tuzsuz süzme peynir	170 g
Taze nane (ince doğranmış)	4 g
Zeytinyağı	20 g
Susam	8 g
Maydanoz yaprakları	5 g

Hazırlanışı:

Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile iyice çırpılarak karıştırın. Daha sonra soğuyan bu humus karışımının içerisine peynirleri kırıklayın. Biberleri temizleyip püre haline getirin ve suyunu iyice süzdürün. Biber püresi ve geri kalan diğer tüm malzemeyi de ekleyip hafifçe harmanlayarak karıştırın. Karışım homojen bir kıvama gelince uygun bir servis tabağına alarak közlenmiş biber parçacıkları, zeytinyağı, maydanoz ve susam ile dekorlayarak servis edin.



FIRINLANMIŞ PANCARLI HUMUS

FIRINLANMIŞ PANCARLI HUMUS

Izgara Ekmek Dilimleri ile



Malzemeler

Miktar

Knorr Pratik Humus Karışımı	100 g
Sıcak su	300 ml
Kırmızı pancar (fırında susuz pişirilmiş)	300 g
Limon suyu	160 ml
Tahin	40 g
Taze maydanoz (ince doğranmış)	10 g
Dolmalık fıstık	
Susam	

Hazırlanışı:

Fırında pişen ve suyu süzdürülmüş kırmızı pancarları mutfak robotundan geçirin. Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile iyice çırparak açın. Soğuduktan sonra bu karışıma tahin ve limon suyunu ekleyin. Daha sonra elde ettiğiniz pancar püresini ilave edin. İyice karıştırıp homojen bir kıvama gelmesini sağlayın. Daha sonra bir servis tabağına alıp son olarak ince kıydığınız nane yapraklarını, susamı ve dolmalık fıstığı serpiştirip en üste zeytinyağı gezdirerek, ızgarada kızarttığınız ekmek dilimleri ile servis edin.



IZGARA KUZU KÖFTE

IZGARA KUZU KÖFTE

Tahinli Fasulye Humus ve Pita Ekmeği ile



Malzemeler

Miktar

Köfteler için:

Kuzu kıyma	1 kg
Dana kıyma	500 g
Knorr Köfte Harcı	100 g
Su	200 ml

Fasulye Humus için:

Knorr Pratik Humus Karışımı	50 g
Sıcak su	150 ml
Haşlanmış beyaz fasulye	270 g
Limon suyu	20 g
Ceviz	40 g
Maydanoz	10 g
Zeytinyağı	60 g
Tahin	50 g

Kiraz domates	600 g
Salatalık	400 g
Pita ekmeği	20 adet
Taze kişniş	50 g
Nane	20 g

Hazırlanışı:

Knorr Köfte Harcı'nı su ile açıp kıymalara ekleyin. Daha sonra iyice yoğurun. Dilediğiniz gibi biçimlendirip dolapta bir miktar dinlendirin. Daha sonra ızgarada pişirin.

Fasulye Humus için fasulyeleri mutfak robotunda çekip ince bir püre haline getirin. Daha sonra Knorr Pratik Humus Karışımı'na ekleyin, ardından limon suyu, ceviz, maydanoz, zeytinyağı ve tahini de ekleyip iyice homojen hale gelinceye dek karıştırın.

Köfteleri bir servis tabağına yerleştirip fasulyeli humus, kiraz domatesler, dilimlenmiş salatalık, taze kişniş yaprakları, nane ve pita ekmeği ile servis edin.



**NOHUT PÜRESİ
ÜZERİNDE IZGARA
SEBZELER**

NOHUT PÜRESİ ÜZERİNDE IZGARA SEBZELER

Gevrek Bahçe Yeşillikleri ve Fesleğenli Sos ile



Malzemeler

Miktar

Nohut Püresi için:

Knorr Pratik Humus Karışımı

Sıcak su	150 ml
Tahin	25 g
Limon suyu	3 g

Kuşkonmaz	200 g
Havuç	150 g
Kabak	100 g
Brokoli (az haşlanmış)	250 g
Kiraz domates	100 g
Yeşil soğan	75 g
Renkli biberler	300 g
Salata yaprakları	250 g

Fesleğenli Sos için:

Taze fesleğen	30 g
Taze kekik	10 g
Tuz	5 g
Karabiber	2 g
Sarımsak	10 g
Zeytinyağı	50 ml
Susam	5 g

Hazırlanışı:

Dilediğiniz gibi ince, uzun, kare gibi uygun şekillerde kestiğiniz sebzeleri, yapraklarını çok ince doğrayacağınız fesleğen ve kekik, sarımsak, tuz, karabiber ve zeytinyağı ile marine edip ızgarada pişirin.

Nohut püresi için Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile iyice çırpılarak açın ve sonra soğutun. Soğuyan püreye zeytinyağı, limon suyu ve tahini ekleyip iyice çırpın.

Daha sonra uygun bir servis tabağına yerleştirip, üzerini ızgara sebzeler ve minik salata yaprakları ile dekorlayarak susamları serpiştirin. Son olarak biraz daha zeytinyağı gezdirerek servis edin.



TAVUKLU VE
HUMUS SOSLU
CAESAR SALATASI

TAVUKLU VE HUMUS SOSLU CAESAR SALATASI

Parmesan Peyniri, Kruton ve Kurutulmuş
Et Parçacıkları ile



Malzemeler

Miktar

Humus Sos için:

Knorr Pratik Humus Karışımı	100 g
Sıcak su	300 ml
Tahin	50 g
Limon suyu	5 g
Yoğurt	350 g

Tavuk için:

Tavuk göğüs eti (kemiksiz, derisiz)	1 kg
Knorr Tavuk Çeşnisi	15 g
Knorr Kajun Çeşnisi	15 g
Çiçek yağı	20 ml
Tost ekmeği	15 dilim
Parmesan peyniri (ince dilimlenmiş)	150 g
Kurutulmuş et	250 g
Minik Yedikule marulu	12 adet

Hazırlanışı:

Tavuk etlerini Knorr Tavuk Çeşnisi, Knorr Kajun Çeşnisi ve çiçek yağı ile marine edip 1-2 saat dolapta dinlendirdikten sonra ızgarada pişirin. Daha sonra ince şekilde dilimleyin.

Humus sos için Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile iyice çırparak açın ve sonra soğutun. Soğuyan püreye zeytinyağı, limon suyu ve tahini ekleyip iyice çırpın. Bu karışıma yoğurdu da ekleyip homojen bir kıvama gelene dek çırpın. Kruton için ekmek dilimlerini küçük küpler halinde doğrayıp, fırında kızartın. Salatayı hazırlamak için marul yapraklarını en alta dizip üstlerine tavuk dilimlerini, krutonları ve kurutulmuş et parçacıklarını serpiştirin. Üstüne sosunu gezdirip, parmesan peyniri dilimlerini ekleyerek servis edin.



PORTAKALLI
HUMUS SOSLU
SALATA

PORTAKALLI HUMUS SOSLU SALATA

Turp, Salatalık ve Taze Baharatlar ile



Malzemeler

Miktar

Salata Sosu için:

Knorr Pratik Humus Karışımı	100 g
Sıcak su	30 ml
Tahin	10 g
Portakal suyu	30 ml
Limon suyu	35 ml
Nar ekşisi	20 g
Zeytinyağı	200 ml
Dereotu (ince doğranmış)	2 g
Nane (ince doğranmış)	2 g
Maydanoz (ince doğranmış)	2 g

Salata için:

Yedikule marulu (minik)	5 adet
Göbek salata	500 g
Karışık salata yaprakları	750 g
Çengelköy salatalık (ince slice doğranmış)	150 g
Misket turp (ince slice doğranmış)	75 g

Hazırlanışı:

Salata Sosu için: Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile karıştırıp iyice çırpın. Karışım soğuduktan sonra sos için gerekli olan diğer malzemeleri ilave edip iyice homojen bir kıvam alana dek karıştırın. Tuzunu ve biberini kontrol edin.

Salata için marul, göbek ve salata yapraklarını elinizle küçük parçalara ayırın. Daha sonra diğer salata malzemeleri ile birlikte hafifçe harmanlayarak karıştırın. Uygun bir salata tabağına yerleştirip, üstüne hazırladığınız salata sosunu gezdirin veya yanında servis edin.



PASTIRMALI ILIK HUMUS

PASTIRMALI ILIK HUMUS Çam Fıstığı ile



Malzemeler

Miktar

Ilık Humus için:

Knorr Pratik Humus Karışımı	100 g
Sıcak su	300 g
Tahin	50 g
Zeytinyağı	30 ml
Limon suyu	5 g

Nohut Salatası için:

Haşlanmış nohut	200 g
Maydanoz	5 g
Limon suyu	20 ml
Zeytinyağı	30 ml
Tuz-karabiber	

Pastırma için:

Pastırma (çemensiz, ince dilimlenmiş)	40 kg
Tereyağı	50 g
Çam fıstığı	40 g

Hazırlanışı:

Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile karıştırıp iyice çirpin. Karışım soğuduktan sonra humus için gerekli olan diğer malzemeleri ilave edip iyice homojen bir kıvam alana dek karıştırın. Tuzunu ve biberini kontrol edin. Pastirmaları uzun olarak doğrayın ve bir tavada tereyağı ile çıtır olana kadar pişirin. Nohut salatası için gerekli olan tüm malzemeyi bir karıştırma kabının içinde harmanlayarak karıştırın. Hazırladığınız humusu ıstıp tabağın ortasına yerleştirin. Daha sonra nohut salatasını ve çıtır pastirmaları ortasına yerleştirerek, biraz zeytinyağı ve kavrulmuş dolmalık fıstık serpiştirip servis edin.

Şefin Yorumu: Humus karışımı hazırlanırken zaten sıcak su kullanıldığı için derseniz humusu ılık olarak servis edebilirsiniz.



FALAFEL TACO

FALAFEL TACO

Humus ve Naneli Yoğurt ile



Malzemeler

Miktar

Taco	40 adet
Biber (közlenmiş)	800 g
Knorr Salsa Sos	600 g
Avokado (küp doğranmış)	800 g
Mor soğan	160 g
Kişniş	50 g
Kırmızı minik acı biber	150 g
Minik kırmızı turp	30 g

Ekşi Krema için:

Yeşil soğan	200 g
Krema	100 g
Krem peynir	200 g
Süzme yoğurt	100 g
Misket limonu	4 kg
Tane karabiber	2 g
Havuç	200 g

Humus için:

Knorr Pratik Humus Karışımı	50 g
Sıcak su	150 ml
Tahin	25 g
Limon suyu	3 g

Hazırlanışı:

Falafelleri bolca yağ koyduğunuz bir tavada ya da fritözde kızarana dek pişirin.

Humus için Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile iyice çırparak açın ve sonra soğutun. Soğuyan püreye zeytinyağı, limon suyu ve tahini ekleyip iyice çırpın.

Ekşi Krema Sos için çırpılmış kremayı, labne peynirini, süzme yoğurdu, misket limonlarının suyunu, tuz ve karabiberi karıştırma kabının içine koyarak yoğunlaşınca kadar karıştırın. Knorr Salsa Sosu bir tavaya koyup közlenmiş biberler ile hafifçe karıştırarak birkaç dakika pişirin.

Tacoların içine humusu yayıp en altına salsa sosunu yerleştirin. Daha sonra közlenmiş biberlerin birkaçını, avokadoyu, falafelleri, ince doğranmış kırmızı minik acı biberleri, mor soğanı, kişniş yapraklarını, kırmızı turp dilimlerini, yeşil soğanı, beyaz lahanayı ve ekşi kremayı ekleyerek, gerekli gördüğünüz kadar tuz ve karabiber ilavesiyle servis edin.



HUMUS YATAĞINDA MÜCVER

HUMUS YATAĞINDA MÜCVER

Ege Yeşillikleri, Kavrulmuş Ceviz ve Kişnişli Yoğurt Sos ile



Malzemeler

Miktar

Mücver için:

Ispanak (haşlanmış, suyu sıkılmış)	130 g
Ege otları (haşlanmış, suyu sıkılmış)	560 g
Havuç (rendelenmiş)	60 g
Yeşil soğan (minik küp doğranmış)	90 g
Dereotu (ince doğranmış)	20 g
Nane (ince doğranmış)	20 g
Maydanoz (ince doğranmış)	20 g
Yumurta	4 adet
Un	120 g
Beyaz peynir	50 g
Tuz-karabiber	5 g

Kişnişli Yoğurt Sos için:

Yoğurt	200 g
Taze kişniş (ince doğranmış)	10 g
Tuz-karabiber	2 g
Sarımsak	2 g

Humus için:

Knorr Pratik Humus Karışımı	100 g
Sıcak su	300 g
Tahin	50 g
Zeytinyağı	30 ml
Limon suyu	5 g

Süsleme için:

Ceviz	100 g
-------	-------

Hazırlanışı:

Mücver için ıspanak ve Ege otlarını ince bir şekilde doğrayın. Daha sonra mücver için gerekli olan diğer tüm malzemeyi bir karıştırma kabının içinde harmanlayarak karıştırın, tuzunu ve biberini kontrol edip ayarlayın.

Humus için Knorr Pratik Humus Karışımı'nı sıcak su ile karıştırıp iyice çirpin. Karışım soğuduktan sonra humus için gerekli olan diğer malzemeleri ilave edip iyice homojen bir kıvam alana dek çirpin. Tuzunu ve biberini kontrol edin.

Kişnişli yoğurt sos için yoğurdu bir karıştırma kabında diğer malzemeler ile birlikte çırparak karıştırın. Mücver karışımını kaşık yardımıyla kinel şekli vererek derince bir yağda içleri de pişene dek kızartın ve sonra bir peçete üzerine alın. Uygun bir servis tabağının altına humusu yayarak, üzerine kızarttığınız mücverleri yerleştirin. Yoğurt sosu ve cevizi ekleyip, yeşillikler ile dekorlayarak servis edin.



SINCE 1838

Knorr®

PROFESSIONAL