فول مدمس مع الحمص بالطحينة

المقادير:

½ 1 كوب من الفول المدمس

½ كوب من الحمص المُعلب (المسلوق)

1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون

ملح وفلفل

بقدونس مفروم

لصلصة الطحينة

1 فص من الثوم المفروم

½ ملعقة صغيرة من الكمون المطحون

3/1 ملعقة صغيرة من الشطة المطحونة

ملح

½ كوب من الطحينة

¾ كوب من الماء الدافئ

2 ملعقة كبيرة من عصير الليمون

الطريقة:

- يخلط الفول مع الحمص والزيت في وعاء، يتبل بالملح والفلفل.

للطحينة:

- يُفرم الثوم مع الملح جيداً في هاون أو مفرمة صغيرة ويُضاف الكمون والفلفل والشطة.

- تُخلط الطحينة والماء جيداً حتى تتجانس، ويُضاف خليط الثوم وعصير الليمون وتقلب المحتويات حتى تمتزج تماماً.

- يُخلط الفول والحمص مع خليط الطحينة في طبق التقديم، ويُزين بالبقدونس المفروم.