



Boodschappenlijst

Ful Medames (Egyptische bruine bonen)

Voor 4 porties

2 blikken tuinbonen (foelbonen, elk 400 g), uitgelekt

3 teentjes look, geperst

1 koffielepel komijn

sap van 1 citroen

3 eetlepels olijfolie

1 tomaat, in blokjes

verse peterselie, gehakt

zout en peper

Boodschappenlijst van [kookpot.be](https://www.kookpot.be) · wereldwijd de meest uitgebreide receptensite