רכיבים:

400 גרם פולי לוביה שחורת העין

מים מלח פלפל שחור כמון

אופן ההכנה:

1. משרים את הלוביה במים קרים במשך 12 שעות.
2. מכניסים לסיר, ממלאים מים (4 ס"מ מעל לגרגירי הלוביה) ומבשלים במשך שעה - שעה וחצי, עד שלריכוך.

3. מעבירים לתלחת ההגשה, מוסיפים את התבלינים ומערבבים בעדינות.