

Hummus

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Dose Kichererbsen
(240 g Abtropfgewicht)
 - 1 Knoblauchzehe
 - Saft von 1/2 Zitrone
 - 2 EL Olivenöl
 - 2 EL Tahin (Sesammus)
 - Salz
 - 1/2 TL Kreuzkümmelpulver
 - 1 Prise Kurkumapulver
 - Paprikapulver, edelsüß
- Zubereitung: 15 Min.

1 Die Kichererbsen in ein Sieb gießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.

2. Knoblauch schälen und grob hacken.

3 | Kichererbsen und Knoblauch mit Zitronensaft und Öl pürieren.

Tahin unterrühren und mit Salz, Kreuzkümmel, Kurkuma und

1/2 TL Paprika würzen.

Vor dem Servieren mit Paprika bestäuben.

Viel Freude, Spaß und Genuss beim Kochen