

## BIO HUMMUS

1,65 € pro Portion

## **ZUTATEN**

1 Glas Kichererbsen

60 g Tahin

1/2 TL Kreuzkümmel gemahlen

1/2 TL Salz

2 EL Zitronensaft

80 ml kaltes Wasser

2 EL Olivenöl

1/2 TL Paprikapulver

1TL Sesam







Vegar

Alle Produkte im Sortiment von Tante Resi



## **ZUBEREITUNG**

Kichererbsen in ein Sieb geben und abwaschen
Kichererbsen, Tahin, Kreuzkümmel, Salz und Zitronensaft in einen Mixer geben und pürieren
Nach und nach Wasser hinzugeben bis zur gewünschten Konsistenz
Hummus in einer Schale anrichten und mit Olivenöl, Paprikapulver und Sesam dekorieren
Perfekt als Aufstrich oder zum dippen

**GUTEN APPETIT!** 

www.tanteresi.de