

Zutaten für Hummus

- 1 Dose Kichererbsen (abgetropft)
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Tahini (Sesampaste)
- Saft von 1 Zitrone
- 2 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

1. Die Kichererbsen in einem Sieb abtropfen lassen und unter fließendem Wasser abspülen.
2. Die Kichererbsen zusammen mit Knoblauch, Tahini, Zitronensaft und Olivenöl in einem Mixer pürieren, bis eine glatte Masse entsteht.
3. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei Bedarf mehr Zitronensaft oder Tahini hinzufügen, um den Geschmack zu verfeinern.
4. Das Hummus in eine Servierschale geben, einen kleinen Mulden in der Mitte machen und mit Olivenöl beträufeln.
5. Mit frischem Fladenbrot oder Gemüsesticks servieren.

Notizen
