

Hommos (Kichererbsen Paste)

Zutaten (für 4 Personen)

- 300 g Kichererbsen
- 1 Glas Tahine (Sesampaste)
- 2-5 Zehe/n Knoblauch
- 1-2 Zitronensaft
- ½ Teelöffel Salz
- 1 Teelöffel Kümmel
- Petersilie, Paprikapulver und Olivenöl zum Garnieren



Zubereiten

- ☞ Kichererbsen über Nacht einweichen (mit kaltem Wasser bedecken)
- ☞ Am nächsten Tag ca. 1 Stunde weich kochen
- ☞ Das Wasser abgiessen und mit einer Küchenmaschine ganz fein pürieren
- ☞ Tahine mit Zitronensaft mixen, mit Kichererbsenpaste mischen
- ☞ Knoblauch, Salz und Kümmel dazu geben
- ☞ Wasser dazu geben, bis die Paste etwas flüssig wird

Servieren

- ☞ In einen tiefen Teller geben und glätten
- ☞ Peterli, Paprikapulver und Kümmel darüber streuen
- ☞ Olivenöl dünn darüber streuen

Tipp

- ☞ Mit Fladerbrot oder knackigem Gemüse essen
- ☞ Man kann Hommos 2 Tagen zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren
- ☞ Falafel Sandwich schmeckt sehr gut mit Hommospaste