

Hummus mit Rohkost

Für 2 Portionen:

250 g gekochte Kichererbsen	2 EL Sesampaste (Tahin)	3 EL natives Olivenöl
1 Schuss Wasser	je 1/2 TL Salz, Pfeffer, Kümmel	je 1/2 TL Curry, Koriander
1/2 TL Paprikapulver	Rohkost-Gemüse	

Alle Zutaten außer Rohkost in ein tieferes Gefäß geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Rohkost waschen, putzen, in längere Stückchen schneiden und mit dem Hummus als Dip genießen.

NN am 03. Februar 2021