MEIN GENUSS



Hummus



It’s a match!

Unser Zatar Gewürz verzaubert mit mildaromatischen, nussigen Aromen der arabischen Küche.

Vorbereitung **15 min**

Niveau **Mittel**

Zubereitung **20 min**

Zubereitung

1. Den Saft von einer Zitrone, die Knoblauchzehe und das Salz in den Mixer geben und glatt mixen.
2. Im zweiten Schritt die Tahini mit in den Mixer geben, langsam das eiskalte Wasser und 50 ml des Kichererbsen-Wassers hinzugießen. Die Mischung pürieren, bis eine schaumige Masse entsteht.
3. Im Anschluss die Kichererbsen hinzufügen und mindestens 3 Minuten lang zu einer cremigen, glatten Masse verarbeiten. Den fertigen Hummus mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Zum Servieren mit Olivenöl beträufeln und mit Gewürzen wie Zatar oder Sumach und frischen Kräutern wie Koriander garnieren.

Zutaten

500 g Kichererbsen getrocknet oder aus der Dose
1 – 2 Knoblauchzehen
80 g Tahini
3 – 4 Eiswürfel oder 100 ml Wasser, eiskalt
0.5 TL Salz
0.5 TL Zatar Gewürz
Saft einer frisch gepressten Zitrone
Olivenöl

Optional:

Sumach
Frischer Koriander

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 01.05.2027.