



## MEIN GENUSS



### Kürbis Hummus



#### It's a match!

Unser Kreuzkümmel ist ein orientalischer Allrounder und verfeinert auch dieses Rezept mit würzigen Aromen!



Vorbereitung  
**15 min**



Niveau  
**Mittel**



Zubereitung  
**20 min**

### Zubereitung

- 1 Die Zutaten in eine Küchenmaschine geben und mixen, bis eine glatte und cremige Masse entsteht.
- 2 Falls die Konsistenz des Hummus zu dick ist, einen Schuss Wasser hinzufügen. Abschmecken und die Gewürze nach Belieben anpassen.
- 3 Den Kürbis-Hummus in einer Schüssel anrichten und mit etwas Olivenöl, einer Hand voll Kürbiskernen und Smoked Paprika-Gewürz garnieren.

### Zutaten

240g Kürbispüree  
425g Kichererbsen  
1 TL Salz  
0.5 TL Chiliflocken  
0.5 TL Kreuzkümmel  
1 EL Olivenöl  
2 EL Tahini  
2 EL Zitronensaft  
3 Zehen Knoblauch

#### Für die Garnitur:

Olivenöl  
Kürbiskerne  
Smoked Paprika  
Zatar

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 30.07.2026.