

Hummus



800 g de garbanzos



100 g de pasta de sésamo (tahini)



3 c.s. de zumo de limón



1 c.c. de comino



125 ml de aceite de oliva



1 c.c. de cayena en polvo



1 c.c. de sal y pimienta

Preparación:

1. Escurre los garbanzos y reserva 150 ml de líquido. Coloca en el vaso los garbanzos escurridos, el líquido, la pasta de sésamo, el aceite de oliva, el zumo de limón y la sal. Sazona generosamente con pimienta, una cucharadita de comino y pimienta de cayena. Cierra la tapa.
2. Bate todo junto hasta obtener la textura deseada.

Consejo Bosch:

El hummus ya hecho contiene trocitos que le dan un agradable toque a la crema. Si prefieres que quede más fino y cremoso, añade 3 cucharadas extra de aceite de oliva y mézclalo algo más de tiempo.

 500 ml

