Hummus love

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** lorena bf



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Aperitivo
Tipo de cocina: Vegana
Otros: Cocina Exótica
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 6 personas :

- 1 bote de 400 g de garbanzos cocidos
- 2 cucharaditas de comino molido
- Una cucharadita de canela en polvo
- (al gusto, de esto depende de si quieres más o men de Agua o el caldo de cocción de los garbanzos
- Un diente pequeño de ajo
- Sal y pimienta negra recién molida (al gusto)
- 1 cucharadita de pimentón dulce o picante de La Vera (al gusto)
- 3 cucharadas de Tahini
- 1 ramita de cilantro (vamos a emplear sólo las hojas)
- 100 ml de aceite de oliva
- El zumo de medio limón

Preparación:

Paso 1

Preparación del Tahini: Comenzamos tostando o dorando las semillas de sésamo (100 g.) a fuego muy bajo durante unos 10 minutos. Una vez que estén levemente doradas (sin que se exploten), las colocamos en un molinillo de café, le damos dos toques y pasamos a un mortero. Añadimos un chorrito de aceite de oliva y un poquito de agua y mezclamos con el mortero hasta conseguir una emulsión. La consistencia debe ser cremosa y hasta algo espesa, debe quedar una pasta entre blanca y dorada. Añadimos sal al gusto. Preparación del Hummus: Escurrimos los garbanzos del líquido en el que se conservan, veréis un poco de espuma, pasadlos por agua hasta que desaparezca. Reservamos en el escurridor. Hacemos zumo con la mitad de un limón, lo colamos por si quedan pepitas y reservamos. Pelamos el diente de ajo. Colocamos los garbanzos en el vaso de la batidora con el diente de ajo, el tahini, la canela, el cilantro (o en su defecto perejil), el zumo de medio limón colado, el

comino molido, una pizca de pimienta negra recién molida, sal, el aceite de oliva y un toque de pimentón. Batimos con la máxima potencia hasta que nos quede una crema tipo puré pero un poco más denso y reservamos en la nevera. Frío está mucho mejor. Repartimos la crema de garbanzos y la espolvoreamos con un poco de pimentón y un chorrito de aceite de oliva virgen extra.