Hummus

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

Creador: Puytri **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Tapa
Tipo de cocina: Vegetariana
Otros: Cocina Exótica
Coste: Muy económico

Descripción:

Mucho más que una pasta de garbanzos

Ingredientes para 8 personas :

- 400 gr de Garbanzos cocidos de bote
- dos cucharadas de pasta de sésamo
- 1 diente de ajo
- 1/3 cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de comino molido
- Zumo de 1/2 limón
- Pimentón dulce
- Perejil
- Aceite de oliva virgen extra
- 1/2 vaso de agua

Preparación:

Paso 1

Enjuaga bien los garbanzos bajo el chorro de agua del grifo. Escúrrelos y échalos todos en el vaso de la batidora. Acuérdate de apartar una cucharada de garbanzos para decorar el hummus.

Paso 2

Añade a los garbanzos el diente de ajo pelado, la sal, el comino, el zumo de limón y la salsa tahini. Bate bien y ve añadiendo agua poco a poco hasta que quede una mezcla cremosa pero con cuerpo. No te pases con el agua, debe quedar con una textura similar a un guacamole.

Paso 3

Ahora pasa el hummus a un bol y con una cuchara presiona el centro mientras haces círculos con ella. Lo que intentamos es crear una poco de hueco en el centro del hummus para que quede más bonito. Luego decora con un poco de perejil picado y pimentón al gusto. Reparte los garbanzos que teníamos reservados para decorar. Remata el hummus con un chorrito de aceite de oliva y listo.