

Hummus de berenjena o Mutabbal



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

Creador: La Cerda **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Entrante

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Muy económico

Descripción:

Una variante del clásico hummus de garbanzos. Es una receta realmente muy rica y fácil de hacer.

Ingredientes para 2 personas :

- 1 berenjena
- 1 diente de ajo
- 1/2 zumo de limón
- 2 cucharadas de Tahina (se puede conseguir en cualquier supermercado árabe)
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Pimentón dulce
- Sal

Preparación:

Paso 1

Cortamos la berenjena por la mitad y con un cuchillo, le hacemos cortes en diagonal, presionando para llegar hasta la piel sin cortarla. Luego hacemos el mismo tipo de corte de manera transversal.

Paso 2

Llevamos la berenjena al microondas, solo un par de minutos para que se cocine la pulpa.

Paso 3

Con la ayuda de una cuchara, le quitamos la pulpa y la picamos lo más pequeña posible.

Paso 4

Colocamos la pulpa en el vaso de la batidora. Le agregamos el diente de ajo bien picado, el zumo de limón y el aceite de oliva. Luego incorporamos la tahina y sal a gusto.

Paso 5

Batimos hasta que quede una pasta uniforme. Suele ser más sencillo que con los garbanzos.

Paso 6

Colocamos la mezcla en un plato y extendemos. Cubrimos con una pequeña capa de aceite de oliva y espolvoreamos con pimentón dulce. Y a comer!