Hummus

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

Creador: Lorena Salamero



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

El truco de esta receta:
La masa tiene que quedar más bien espesa.

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1 bote grande de Garganzos en conserva
- 1 lata de Atún al natural
- 2 dientes de Ajo
- 3 cucharadas de Pasta de sésamo
- 1 pizca de Cominos
- 1 limón
- 1 chorrazo de Aceite de oliva virgen
- Pimentón de la Vera
- 2 Pan de pita
- Romero

Preparación:

Paso 1
Horno 200ºc. Abrir el pan pita en dos refregarlo con aceite de oliva pringarlo de hojas de romero. Colocarlo en una bandeja y meterlo al horno.

Paso 2
Reservar algunos garbanzos sin triturar. En una batidora americana añadir garbanzo escurrido ajos sésamo agua cominos zumo de limón aceite de oliva salpimentar. Una vez triturado, refrigerar durante al menos 1 hora.

Paso 3
Colocar una cucharada muy gruesa de la masa en el centro de una fuente, hacerle un pozo en el centro con el dorso de la cuchara. Colocar en el pozo los garbanzos enteros atún chorrete de aceite espolvorear pimentón. Acompañar con el pan pita caliente. Listo.