

Hummus (Kichererbsenpüree mit Sesampaste)

Zutaten (für 6 bis 8 Personen)

400 g getrocknete Kichererbsen

3 Knoblauchzehen

200 g Tahina (Sesampaste)

3 Zitronen, Saft

2,5 dl Wasser

1-2 TL Salz

Garnitur: Petersilienblätter, Olivenöl

Zubereitung

Die Kichererbsen mindestens 12 Stunden in Wasser einweichen. Das Einweichwasser abgiessen und die Kichererbsen in frischem Wasser weich kochen (geht auch im Dampfkochtopf). Das Kochwasser abgiessen.

Die gekochten Kichererbsen mit Knoblauch, Tahina und Zitronensaft im Mixer pürieren und dabei etwa ein 2,5 dl Wasser zugiessen. Mit Salz abschmecken.

Mit Petersilienblättern in einer Servierplatte anrichten und mit Olivenöl beträufeln. Zusammen mit Fladenbrot als Vorspeise servieren.