



Basisrecept hummus



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

2 blikken kikkererwten
1 citroen (sap)
1 teentje knoflook (gepeld)
3 eetlepels tahin (sesampasta, vervang eventueel door pindakaas)
1 eetlepel komijn
1 scheutje water
peper en zout

Bereidingswijze

- 1.** Laat de kikkererwten goed uitlekken. Doe ze in de keukenrobot of een mengbeker.
- 2.** Voeg het citroensap, de knoflook, de tahin, de komijn en wat water toe. Mix glad. Hoe meer water, hoe vloeibaarder de hummus. Pas dit aan je eigen smaak aan.
- 3.** Breng goed op smaak met peper en zout.