

Hummus mit Zedernussmus

Zubereitungszeit:

5 Minuten Zutaten für ca. 4 Portionen: 1 Dose Kichererbsen (400 g) 2 EL Olivenöl 2 EL Zedernussmus
2 Knoblauchzehen ½ Zitrone 1 Prise Salz 1 Prise Pfeffer 1 Prise gemahlener Kreuzkümmel 1 Prise
Paprikapulver edelsüß 1 Prise Paprikaflocken einige Blätter Petersilie

Zubereitung:

1. Kichererbsen abgießen, dabei das Kichererbsen Wasser auffangen.
2. Alle Kichererbsen bis auf 1 EL in einen Multi Zerkleinerer geben. Olivenöl, Zedernussmus, geschälte Knoblauchzehen, Saft der Zitrone, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Paprikapulver zugeben und auf höchster Stufe cremig pürieren. Je nach gewünschter Konsistenz noch etwas vom Kichererbsen Wasser zugeben..
3. Den Zedernuss-Hummus in eine Schüssel geben. Mit den restlichen Kichererbsen (1 EL), Paprikaflocken und Petersilie garniert servieren. Tipp: Wer möchte, kann den Hummus zusätzlich mit einigen Pinienkernen garniert servieren.