



Hummus

Zubereitungszeit: ca. 5 min

Zubehör: Deluxe Blender

Zutaten:

1 Dose Kichererbsen (Abtropfgewicht 240 g)
1-2 Knoblauchzehen
2 TL frischer Zitronensaft
1/2 TL Salz
1 TL gemahlener Kümmel
2 Prisen schwarzer Pfeffer
30 ml Rapsöl

Zubereitung:

Kichererbsen abtropfen lassen.

Alle Zutaten in den Glasbehälter des Deluxe Blenders geben und Deckel aufsetzen.

PULSE-Taste wenige Sekunden drücken, alles mit einem Spatel nach unten schieben und erneut PULSE-Taste wenige Sekunden gedrückt halten.

Vorgang einige Male wiederholen, bis die gewünschte Feinheit des Hummus erreicht ist.

Hummus in die mittlere Elfe umfüllen und kühl stellen.

