



humus

ingredientes

- 1 bote de garbanzos cocidos de 500 gr.
- 1 cucharada de tahine, de venta en herbolarios
- 2 dientes de ajo
- 2 cdas. de zumo de limón
- 4 cdas. de aceite de oliva virgen
- Comino molido
- Pimentón picante
- Pimienta y sal
- Pan de pita

manos a la obra

- Triturar todos los ingredientes añadiendo un poco de agua de los garbanzos. Añadir más ó menos especias, dependiendo del gusto de cada uno. Mantenerlo a temperatura ambiente.
- Cortar el pan de pita en triángulos y freírlos en aceite, o al horno.
- Espolvorear pimentón por encima como adorno. Como aperitivo servirlo con pan de pita o con papadeums (pan indio).

*** También es muy rico como guarnición, de un solomillo de cerdo por ejemplo.

RECETA PARA: 6 PERSONAS
LISTO EN: 20 MINUTOS
NIVEL: BAJO
IDEAL PARA: APERITIVO