

Hummus de pimientos de piquillo



Ingredientes

400 gr de garbanzos cocidos

20 gr de semillas de sésamo

30 gr de zumo de limón

20 gr de aceite de oliva

1 cta de pimentón dulce

1 cta de sal

1 cda de comino molido

1 diente de ajo

100 gr de pimientos de piquillo asados o enlatados

1 pellizco de pimienta molida

Bastones de zanahoria y pepino

Personas: 4 pax

Tiempo total: 2 min

Preparación: 2 min

Cocinado: 2 min

Dificultad: baja

Preparación

Ponga en el vaso de la thurmix o en el turbomax los garbanzo escurridos, el zumo de limón, el ajo, el aceite, los pimientos, la sal, la pimienta, el comino y triture hasta conseguir una textura fina para poder untar con la zanahoria y el pepino.

Ponga en unas cazuelas de barro y espolvoree el pimentón y el sésamo por encima

Corte unas zanahorias y pepinos en bastones para acompañar al hummus.

Hummus de pimientos de piquillo(thermomix)



Ingredientes

400 gr de garbanzos cocidos

20 gr de semillas de sésamo

30 gr de zumo de limón

20 gr de aceite de oliva

1 cta de pimentón dulce

1 cta de sal

1 cda de comino molido

1 diente de ajo

100 gr de pimientos de piquillo asados o enlatados

1 pellizco de pimienta molida

Bastones de zanahoria y pepino

Personas: 4 pax

Tiempo total: 2 min

Preparación: 2 min

Cocinado: 2 min

Dificultad: baja

Preparación

Ponga en el vaso los garbanzo escurridos, el zumo de limón, el ajo, el aceite, los pimientos, la sal, la pimienta, el comino y triture 15 seg/vel9. Con la espátula baje los ingredientes hacia el fondo del vaso y triture de nuevo 15 seg/vel9.

Ponga en unas cazuelas de barro y espolvoree el pimentón y el sésamo por encima.

Corte unas zanahorias y pepinos en bastones para acompañar al hummus.