

Hummus

Zutaten:

1 Dose Kichererbsen
100 ml Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone
Kräutersalz, Pfeffer
Gemahlener Kreuzkümmel

So geht's:

Kichererbsen abgießen und mit kaltem Wasser waschen. Mit Olivenöl, Knoblauch und dem Saft einer halben Zitrone in einem hohen Gefäß pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel würzen und abschmecken. Bei Bedarf noch etwas Zitronensaft hinzufügen.

Guten Appetit!