



HAUPTSPEISE

HUMMUS GERICHT

von Salimi Ghantus

ZUBEREITUNG

Zunächst die Kichererbsen durch ein Sieb gießen und die Flüssigkeit auffangen. Die Kichererbsen mit der Tahina, dem Knoblauch, der Chilischote, dem Curry, etwas Zitronensaft und Salz wie 2 Esslöffel Cumin in den Mixer geben. Zunächst ein Glas der aufgefangenen Kichererbsenflüssigkeit und 3–4 EL Öl dazugeben und mixen. Anschließend mit weißem Pfeffer, Cumin, Salz und Zitronensaft nachwürzen. Zum Schluss mit Klarsichtfolie abdecken und ruhen lassen. Wenn man will, kann man vor dem Servieren noch etwas Rosenpaprika mit Öl vermischen und das darüber träufeln.

Mit frisch aufgebackenem Fladenbrot genießen!

ZUTATEN (für 2 Personen)

2 Esslöffel Sesampaste (Tahina)
Fladenbrote, aufgebacken,
4 Knoblauchzehen, durchgepresst
2 Esslöffel Kreuzkümmelpulver (Cumin)
1 Dose Kichererbsen (400–500 g)

Paprikapulver, rosenscharf
Salz und weißer Pfeffer,
1 Chilischote (getrocknet, gehackt)
Zitronensaft von 2 oder 3 Zitronen
Öl, neutral / 1 Esslöffel Currypulver