



VEGETARISK

Enkel hemmagjord hummus

Kock: **Jennifer Berg** Tid: **5 min** Portioner: **4**

En enkel hummus som går snabbt att göra! Ett nyttigare alternativ till snack- eller buffébordet.

Jag älskar verkligen hummus och använder det mest som en dipp till mina grönsaksstavar eller frö kex.



INGREDIENSER

- 1 burk kokta kikärter, avrunnen
- 1 vitlöksklyfta
- 0.5 deciliter tahini pasta
- 0.5 deciliter olivolja
- 1 matsked äppelcidervinäger
- 0.5 citron, juicen från den
- 0.5 tesked mald kummin
- 0.5 tesked paprikapulver
- 1 nypa cayennepeppar
- 1 tesked salt
- 4 matskedar vatten

Olivolja, cayennepeppar och persilja som garnering



GÖR SÅ HÄR

1

Placera alla ingredienser i en mixer/matberedare. Mixa tills slät, minst 1-2 minuter.

Lägg till lite mer vatten eller olivolja om den blir för tjock. Smaksätt och tillsätt mer kryddor om det behövs.

Placera hummusen i en skål. Ringla med olivolja och strö över lite cayennepeppar och hackad persilja.

Förvara i kylskåpet innan servering.