

Humus (hoummous)

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Olivový olej 1 ks
- Cizrna 1 ks
- Česnek 1 stroužek
- Citrónová šťáva 1 ks
- Tahini 1 lžička
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Slitou cizrnu, tahini, česnek, koření a půl na půl vody a oleje rozmixovat na hladkou směs, která by měla mít takovou konzistenci, aby se dala natírat na chleba. Regulovat dle potřeby množstvím tekutin. Nakonec ochutit citrónovou šťávou (asi z půl citronu). Plesknout do misky a zdobit černýma olivama.