

Hummus II.

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Cizrna 2 hrnek
- Citronová šťáva 1 ks
- Lněná semínka 4 lžíce
- Olivový olej 4 lžíce
- Římský kmín 2 lžička
- Česnek 1 ks
- Sůl 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Uvařenou cizrnu doměkka dáme do mixeru s ostatními ingrediencemi a rozmixujeme dohladka. Místo lněného semínka se používá arabská sezamová pasta-tahini. Podle chuti přidáme chilli a různá koření.