

Hummus de garbanzos

- paté de garbanzos -



Ingredientes

- 400 g de garbanzos cocidos
- 1 y media cucharada de salsa Tahin
- zumo de un limón
- 1 cdita de pimentón dulce (de la Vera)
- Aceite de oliva virgen o de sésamo
- Agua para aligerar la mezcla
- una pizca de sal
- una cucharadita de comino molido
- perejil picado

Es un paté base al que podemos añadir:

- Ajo, tomate frito, pimientos asados o aceitunas ...

Dedicación: 5 minutos

Cantidad : 6 personas



- 1** Vamos a comenzar picando los garbanzos cocidos, si son de bote los lavamos y escurrimos bien para quitar el amargor. Echamos la mitad de los **garbanzos** en un bol y con ayuda de una picadora (minipimer) lo vamos picando, salta un poquito al principio pero después ya no. Y una vez que tenemos la mitad picados echamos el resto y continuamos picando.
- 2** Una vez que los tenemos picados añadimos el sabor: Comenzamos con cucharada y media de **salsa Tahin**, añadimos el **zumo de un limón** y una cucharadita de **pimentón dulce** (pimentón de la Vera). Con media cucharadita de **comino** y una pizca de **sal** está la salsa completa. Podemos aligerar la mezcla añadiendo un poco de **agua** a medida que lo necesitemos. Reservamos en el frigorífico unas 2 horas para que coja todos los sabores.
- 3** Presentación: extendemos una cantidad sobre el plato y dejamos un hueco en el medio. Añadimos un chorrito de aceite de oliva, un poquito de pimentón dulce, y espolvoreamos un poco de **perejil** picado. Lo único que necesitamos para disfrutarlo es pan de pita o una tostada, untamos y a disfrutar.. Están rico, rico... !!!