

# Hummus

Zutaten für 12 Personen:

750 g Kichererbsen  
200 g Sesampaste (Tahina)  
3 Zitronen (Saft)  
2 dl Olivenöl  
5 Knoblauchzehen, gepresst  
1 dl Gemüsebouillon  
Salz, Pfeffer, edelsüßer Paprika  
evtl. Kreuzkümmel



Zubereitung:

Die Kichererbsen 4 Stunden oder über Nacht mit Wasser bedeckt einweichen (oder aus der Büchse und waschen).  
Wasser abgiessen, in einen Topf geben und mit frischem Wasser bedecken, zum Kochen bringen und ca. 1 Stunde köcheln lassen.  
Kichererbsen abschütten und mit den Tahina, Zitronensaft, Öl, Knoblauch, der Bouillon und Gewürz zu einem glatten Püree vermengen.

Die Paste in einer Schüssel anrichten und mit Paprika bestreut als Dip oder Aufstrich kalt servieren.

Dazu wird arabisches Brot, wie Pita oder Fladenbrot und Gemüse als Dip, gereicht.

Die Paste hält sich ein paar Tage abgedeckt im Kühlschrank und ist sehr reichhaltig.