



De Kookjuf

Hummus

Ingrediënten

- 1 blik kikkererwten
- 25 ml citroensap
- 2 teentjes knoflook geperst
- 50 gr tahin
- 1/4 tl zout
- snufje komijn
- ev chilipoeder
- olijfolie
- versgemalen zwarte peper
- 1 klein blikje witte bonen

Bereiding

1. Klop de tahin romig
2. Laat de kikkererwten en de witte bonen uitlekken en bewaar wat kookvocht
3. Maak de knoflook schoon en pers deze
4. Pureer met de staafmixer de kikkererwten met de knoflook
5. Vermeng met de tahin, de citroensap en de kruiden
6. Breng op smaak. Meng met een paar eetlepels olijfolie