

HUMMUS



CONFEÇÃO

1. Escorra o grão-de-bico. Descasque os dentes de alho.

2. Coloque o grão-de-bico, o alho, o sumo de limão, o azeite, os cominhos e a pasta de tahine na taça com a lâmina picadora. Tempere com sal e misture na velocidade 12 durante 3 min.

3. Sirva frio.

INGREDIENTES

- 1 GRÃO-DE-BICO EM LATA (550 G LÍQUIDOS)
- 2 DENTES DE ALHO
- SUMO DE 1 LIMÃO
- 10 CL AZEITE
- 1 PITADA DE COMINHOS EM PÓ
- 1 C. DE CHÁ DE TAHINE (OPCIONAL)
- SAL