

Rote Beete Hummus

Für vier Portionen benötigst du,

- 400g eingelegte Kichererbsen
- 1 vorgekochte Rote Beete
- 1 EL Tahin (Sesampaste)
- 1-2 TL Kreuzkümmel
- 2 gepresste Knoblauchzehen
- 4 EL Zitronensaft
- 150ml Kichererbsen - Abtropfwasser
- Bund glatte Petersilie
- Salz & Pfeffer

Die Rote Beete in kleine Stücke schneiden und in einen Mixer geben. Die Kichererbsen abtropfen lassen und dazufügen. Alles fein pürieren und nach und nach die restlichen Zutaten hinzugeben. Alles gut würzen und abschmecken. Abschließend die Petersilie fein hacken und unterheben. Passt ausgezeichnet zu Falafel aber auch zu Rohkost als Dip. Guten Appetit.