

Hummus o puré sabroso de garbanzos

Ingredientes:

- 400 g de *garbanzos cocidos* y escurridos.
- 1 o 2 dientes de ajo medianos.
- Zumo de uno o dos limones/lima (según gusto).
- 3 cucharadas soperas de tahine (pasta de concentrado de sésamo) (opcional).
- 5 g de sal.
- ½ cucharadita de comino en polvo.
- ½ cucharadita de pimentón dulce.
- Ramita de cilantro (opcional).
- 70 g de aceite de oliva virgen extra.



Elaboración:

Triturar con una minipimer potente todos los ingredientes hasta conseguir una textura cremosa, ligeramente espesa, para untar.



Presentación:

Espolvorear con pimentón y un chorrito de aceite de oliva virgen extra. Servir frío.



Sabías que el inventor de la minipimer fue el español Gabriel Lluelles Rabada (Barcelona, 1923 - 2012)



Tapa de hummus con boquerón en vinagre y pimiento morrón

Este puré también puede hacerse con alubias, blancas o pintas, o con lentejas. Se le puede añadir remolacha cocida, tomate seco, aguacate, Puede tomarse untado en pan en el desayuno, como tapa, aperitivo o acompañamiento de otros platos.