

Kichererbsen-Hummus mit Tomaten

Vorbereitungszeit: 15 min

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

- Edelsüßpaprika: nach Belieben
- Eine halbe Limette:
- Frische Petersilie: nach Belieben
- Kichererbsen: 230 gr
- Knoblauchzehe: ½
- Natives Olivenöl extra: nach Belieben
- Pitabrote: 2
- Salz und Pfeffer: nach Belieben
- Sesam: nach Belieben
- Sesampaste: 1 Löffel



Vorbereitung

1. Kichererbsen, Salz, Pfeffer, natives Olivenöl extra, Sesampaste, die halbe ausgepresste Limette, die halbe Knoblauchzehe und die **Pomito Passierte Tomaten** in einen Mixer geben und alles zu einer cremigen und samtigen Masse pürieren.
2. Diese in einen Spritzbeutel füllen und 5 Minuten im Kühlschrank rasten lassen.
3. In der Zwischenzeit die Pitas in einer Pfanne bei starker Hitze mit nativem Olivenöl extra erhitzen, bis sie richtig knusprig sind.
4. Nach Belieben mit etwas Paprika und Sesam, ganzen Kichererbsen, frischer Petersilie, rohen Tomaten, Öl und Pfeffer servieren.

**Für dieses Rezept
haben wir
verwendet:**

L+ Passierte
Tomaten 80 gr

