

# Hummus

---

## Zutaten

- 350g Kichererbsen (über Nacht eingeweicht)
- 1 kleine Chilischote
- ½ TL Kreuzkümmel
- Salz und Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 ½ EL Sesampaste
- 4 EL Olivenöl
- 2 EL Zitronensaft

## Zubereitung

- Eingeweichte Kichererbsen abspülen
- In einem Topf die Kichererbsen mit Wasser bedecken und etwa 1 ½ Stunden kochen, bei Bedarf den Schaum abschöpfen
- Die Kichererbsen abgießen und etwas von dem Kochsud behalten
- Chili und Kreuzkümmel mit 1 TL Salz im Mörser zerstoßen
- Knoblauch klein hacken und in eine große Schüssel geben
- Kichererbsen, Chili, Kümmel und Sesampaste dazugeben und mit Küchenmaschine oder Rührgerät zu gleichmäßiger Masse verarbeiten
- Nach Geschmack mit Salz, Pfeffer, Öl und Zitronensaft würzen
- Kochsud entsprechend der gewünschten Konsistenz dazugeben