

# Original israelisches Hummus Rezept



Fotos Graziella Leanza

Rezept von Graziella Leanza aus einer US-Amerikanischen Israel-Zeitung übersetzt, Mengenangaben umgerechnet und auf CC umgesetzt

## **Zutaten:**

1 l Wasser

350 ml (1 1/2 cups) Kichererbsen getrocknet

120 ml (1/2 cup) [Tahini](#) / Sesampaste

180 ml (3/4 cup) Olivenöl

60 ml Zitronensaft frisch

2 TL Cumin / Kreuzkümmel

2 Zehen fr. Knoblauch

1 TL Aleppo Pepper oder 1 kl. getr. Chilischote

1 1/2 TL Salz

## **Zubereitung:**

Die Kichererbsen entweder 24h einweichen (so hab ich es gemacht, danach gut ausspülen und Wasser wegschütten) und dann ca. 1 h in 1 l Wasser kochen, oder uneingeweicht 1.5 h lang kochen. Das Kochwasser danach auffangen. Ein paar EL Kichererbsen zur Deko beiseite stellen.

Die restlichen Zutaten alle in den Multi mit Messer geben und auf höchster Stufe mixen bis es fein ist. Währenddessen etwas Kochwasser hinzufügen, bis die Konsistenz schön glatt, geschmeidig und fluffig ist. Das fertige Hummus mit gekochten Kichererbsen und etwas Olivenöl garnieren. Am besten noch warm genießen.

