

Hummus z chrzanem i buraczkami



Wskazówki:

Do przygotowania hummusu można również użyć buraków sklepowych, już ugotowanych i zamkniętych hermetycznie (będzie to oszczędność czasu), jednak zdecydowanie lepiej smakują te upieczone przez nas samodzielnie.

Składniki:

- 1 szklanka ciecierzycy z puszki
- 1 duży upieczony burak
- 2 łyżki tartego chrzanu (lub gotowego ze słoika)
- 2 łyżki tahini
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- Ząbek czosnku
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- Sól do smaku

Przygotowanie:

1. Przygotuj burak do pieczenia. Umyj dokładnie, obierz ze skórki, pokrój na plastry i wstaw do piekarnika nagrzanego do 180 stopni. Piecz około 30 minut. Jeśli po tym czasie burak nie jest jeszcze miękki, potrzymaj go w piekarniku nieco dłużej.
2. Ciecierzycę odsącz z zalewy. Połącz z burakiem i chrzanem i dokładnie zmiksuj. Następnie dodaj resztę składników i ponownie zmiksuj całość - tym razem na gładką masę. Dolej trochę wody jeśli masa jest zbyt gęsta. Dodaj więcej soli lub soku z cytryny jeśli potrzeba.