



Randen Hummus

von Raphael Meng

Mengen für 10 Personen

Quelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/3474211517646399/Wintersandwich-mit-Halloumi-Avocado-und-Rote-Bete-Hummus.html?portionen=10>

Gewürze: Kreuzkümel, Salz, Pfeffer

Ausrüstung: Pürierstab

300 g Kichererbsen	abtropfen lassen, eventuell waschen
600 g Randen	am besten vorgekocht kaufen, schälen, schneiden, begeben.
5.0 Stück Knoblauchzehen	schälen, pressen, begeben
1.0 cl Zitronensaft	ungefähr 5 spritzer
5 cl Sesamöl	etwa 5 EL, es kann auch Oliven oder Sonnenblumenöl verwendet werden.

Für den Rote Bete-Hummus die Kichererbsen abtropfen lassen. Rote Bete klein schneiden, Knoblauchzehe schälen und mit allen Gewürzen und Öl in einem Mixer pürieren. Eventuell esslöffelweise Wasser zugeben, bis die Konsistenz schön cremig ist.