



Zutaten

- 200 g Kichererbsen aus dem Glas (gut abgetropft)
- 3 EL Zitronensaft
- 1 ½ EL Tahini
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 Tomate

Saucen Dips Marinaden Gewürze, Vorspeise

Petersilien-Hummus: 2 Gläser

Entdecken Sie unser Rezept für köstlichen Petersilien-Hummus. Einfach zubereiten und genießen! Besuchen Sie Kochateliers für mehr leckere Rezepte.

So wird's gemacht:

1. Salz, Kreuzkümmel, Cayennepfeffer,
2. frisch gehackte Blattpetersilie und Olivenöl als Garnitur
3. Die Tomate vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Kichererbsen zusammen mit dem Zitronensaft mixen. Danach mit den angegebenen Zutaten abschmecken. Auf eine flache Platte streichen und mit Olivenöl, den Tomatenwürfeln, Petersilienpesto und etwas gehackter Petersilie garnieren.