Cizrnová pomazánka (humus) s olivovým chlebem

Kategorie: Pomazánky

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

150 g suché cizrny
1 dcl studeného vývaru z cizrny
4 stroužky česneku
0,5 dcl olivového oleje
1 citron
sůl
římský kmín drcený
100 g sezamové pasty tahini

Postup

1. cizrnu propláchneme, vložíme do hrnce, zalijeme vodou a necháme nejlépe přes noc namočenou. Druhý den ji v téže vodě cca 1 hodinu vaříme, vodu mírně osolíme. Vaříme tak dlouho, až změkne jako máslo, poté ji scedíme a necháme vychladit - zvlášť cizrnu, zvlášť vývar

2. uvařenou cizrnu rozmixujeme v kuchyňském skutru společně s česnekem, citronem, vychlazeným vývarem, římským kmínem a solí na jemnou pastu

3. na úplný konec přidáme sezamovou pastu tahini - tato přísada pokrm zvláční, spojí a dochutí. Tahini používejte až na úplný konec pokud byste ji přidali dříve, nenamixujete tak hladkou konzistenci pasty

4. hotovou pastu podávanou v miskách či namazanou na chlebech jemně zakápneme olivovým olejem