



GERÖSTETE ROTE RÜBEN-HUMMUS



QimiQ VORTEILE

- Cremiger Genuss bei weniger Fett und weniger Cholesterin
- Bindet Flüssigkeit, daher kein Absetzen der Zutaten
- Längere Präsentationszeit ohne Qualitätsverlust



15



leicht

ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

100 g QimiQ Rahm-Basis, ungekühlt

80 g Tahini [Sesampaste]

30 ml Olivenöl

12 g Salz

1 g Pfeffer

10 g Knoblauch

60 g Haselnüsse, blanchiert

2 g Kreuzkümmel

10 ml Zitronensaft

300 g Kichererbsen

80 ml Olivenöl

FÜR DIE GERÖSTETEN ROTEN RÜBEN

250 g Runden

80 ml Olivenöl

20 g Salz

4 g Kümmel

ZUBEREITUNG

1. Für die gerösteten roten Rüben: rote Rüben waschen, mit Öl, Salz und Kümmel marinieren und in Alufolie wickeln.
2. Bei 180°C ca. 30 Minuten garen, Folie entfernen und schälen.
3. Alle Zutaten zusammen kuttern und abschmecken.