



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 Classic, 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

250 g Rote Rübe(n)

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 einwickeln.
2. Bei 180 °C ca. 30 Minuten garen, Folie entfernen und schälen.
3. Alle Zutaten zusammen kuttern und abschmecken.