



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
10 g	Knoblauch
60 g	Haselnüsse, blanchiert, gehackt
2 g	Kreuzkümmel
10 ml	Zitronensaft
300 g	Kichererbsen
80 ml	Olivenöl
	Salz und Pfeffer

FÜR DIE GERÖSTETEN ROTEN RÜBEN

250 g	Rote Rübe(n)
80 ml	Olivenöl
	Salz
	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 mit einem Stabmixer pürieren und abschmecken.