



GERÖSTETE ROTE RÜBEN-HUMMUS



QimiQ AVANTAGES

- Saveur crémeuse avec moins de matières grasses et moins de cholestérol
- Lie les liquides et évite ainsi un dépôt des ingrédients
- Rallonge le temps de présentation sans perte de qualité



15



simplement

INGRÉDIENTS POUR 10 PORTIONS

100 g QimiQ Base crème, non réfrigéré

80 g Tahini [Pâte de sésame]

30 ml Huile d'olive

12 g Sel

1 g Poivre

10 g Ail

60 g Noisettes, blanchie

2 g Cumin

10 ml Jus d'un citron

300 g Pois chiche

80 ml Huile d'olive

250 g Betterave(s) rouge(s)

80 ml Huile d'olive

20 g Sel

4 g Cumin

PRÉPARATION

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.