



Hummus

Składniki :

UGOTOWANA CIECIERZYCA	700 G	SOK Z CYTRYNY	80 G
OLEJ SEZAMOWY	300 ML	PAPRYKA SŁODKA, PIEPRZ Z ESPELETTE	
SÓL	ODPOWIEDNIA ILOŚĆ	ODPOWIEDNIA ILOŚĆ	
CZOSNEK	20 G		

	Składniki	Masa	Czynność	 Ustawienie podgrzewania	 Prędkość	 Czas	Otwór w pokrywie	Uwagi
1	Ciecierzycza	700 g	Włożyć do pojemnika	–	3500 obr./min		Otwarty	
	Czosnek bez kiełków	20 g						
	Cytryna	80 g						
	Papryka słodka	Odpowiednia ilość						
	Pieprz z Espelette	Odpowiednia ilość						
2	Olej sezamowy	300 ml	Włożyć do pojemnika	–	2500 obr./min	50 s	Otwarty	Skosztować i doprawić.



PORADY SZEFA KUCHNI

Wziąć 150 g wymieszanych składników, dodać 40 g białek, wymieszać, rozprowadzić na silikonowej macie do pieczenia „Silplat”, piec w piekarniku w temp. 170°C przez +-6 minut. W ten sposób uzyskuje się płytkę hummusu, którą można wykorzystać do dekoracji potraw.