



Tomatenhummus | Rosenharissa

Gewürze & Zutaten

2 800 g (Abgetropft 480 g) Kichererbsen

0.5 Teelöffel Cumin, gemahlener Kreuzkümmel

2 Esslöffel Rosenharissa

80 g Tahini

1 Zehe(n) Knoblauchzehe, zerdrückt (oder mehr nach Geschmack)

1.5 Esslöffel Zitronensaft (oder mehr nach Geschmack)

1 Bündel Basilikum, fein geschnitten

5 ml Olivenöl

100 g Halbgetrocknete Tomaten, klein geschnitten

1 Tomatenmark (Tube)

30 g Zucker

Salz

Zubereitungszeit: 5 min

Kochzeit: 10 min

Gesamtzeit: 15 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 6 Personen

ZUBEREITUNG

1. Die Kichererbsen abgießen, den Saft dabei auffangen und bei Seite stellen.
2. Die Kichererbsen mit ½ TL Cumin, 2 EL Rosenharissa, 80 g Tahini, dem Knoblauch, Zitronensaft, Basilikum, Olivenöl, der Hälfte des beiseite gestelltem Kichererbsen-Wassers sowie den getrockneten Tomaten, dem Tomatenmark, Zucker und einer guten Prise Salz in einen Mixer geben und pürieren, bis es glatt ist. Du brauchst vielleicht mehr Salz und sehr wahrscheinlich mehr Kichererbsen-Wasser. Füge je nach Bedarf ein bisschen von jedem hinzu. Den Hummus pürieren, bis er sehr glatt ist, mindestens ein paar Minuten. Mach dir keine Sorgen, dass der Hummus zu flüssig ist, er wird dicker, wenn er ein paar Minuten steht.
3. Du brauchst vielleicht mehr Salz und sehr wahrscheinlich mehr Kichererbsen-Wasser. Füge je nach Bedarf ein bisschen von jedem hinzu. Den Hummus püriere, bis er sehr glatt ist. Das dauert auf jeden Fall mindestens ein paar Minuten. Du musst Dir keine Sorgen machen, dass der Hummus zu flüssig ist, er wird dicker, wenn er ein paar Minuten steht.
4. Wenn der Hummus fertig ist, in einer flachen Schüssel verteilen und in der Mitte eine Mulde bilden. Mit einem großzügigen Schuss Olivenöl aufgießen und dann den Hummus nach Belieben mit frischen Tomaten-Würfeln, Basilikum und Rosenharissa garnieren und genießen.

Tipp

1. Passt wunderbar zu gegrilltem Lamm!
2. Wird der Hummus nicht sofort serviert, kann er in einem verschlossenen Behälter im Kühlschrank bis zu 2 Tage aufbewahrt werden.