Tomatenhummus | Zatar

Dauer:	30 min
Schwierigkeit:	Leicht
Zusatzinfos:	Vegan

Zutaten für 4 Personen:

Equipment:	
1	Mixer
1	Pfanne
Gewürze & Zutaten:	
250 g	Kichererbsen, gekocht
ca. 50 ml	Kichererbsen Kochwasser
1-2 EL	weißer Balsamessig
50 ml	Olivenöl, extra nativ
1	Knoblauchzehe, geschält
100 g	Tomatenmark, 3-fach konzentriert
2 EL	Lemon Herb Rub
1 EL	Paprika, edelsüß
1	helles Landbrot oder Ciabatta
etwas	Butter und Olivenöl für die Croûtons
etwas	frische Minze
nach Belieben	frische Tomaten
1-2 EL	Zatar

Zubereitung

1 Alle Zutaten für den Hummus mit dem edelsüßen Paprika und dem Lemon Herb Rub im Mixer zu einem feinen, cremigen Püree verarbeiten. Bei Bedarf mit Salz abschmecken.

2 Für die Garnitur das Brot in walnussgroße Stücke schneiden und mit Butter und etwas Olivenöl in der Pfanne knusprig anrösten. Die Tomaten (unbedingt eine besonders aromatische und reife Sorte verwenden wie Ochsenherz, Merinda, San Marzano, o.ä.) in Stücke schneiden, Minze ebenfalls grob schneiden.

3 Nun den Hummus mit den noch warmen Brot-Croûtons, Tomatenstücken, Minze sowie Olivenöl anrichten und natürlich mit Zatar bestreut servieren!

Copyright © 2025 Gewürzmühle Rosenheim