

Hummus de garbanzos

Publicada por:

[imprimir](#)

- 10 '
- 0 '
- 4



Comentario nutricional

Esta receta es perfecta como aperitivo o entrante, sobre tostaditas o como dip de verduras, pero también puede usarse como guarnición de carnes y pescados.

Modo express

1. Coloque la cuchilla metálica en el bol de la máquina, vierta dentro todos los ingredientes y cierre la tapa. Accione el selector y aumente la velocidad progresivamente hasta el máximo, hasta que la mezcla se haya convertido en una pasta homogénea y suave.

2. Si el hummus queda muy espeso, se puede suavizar la textura añadiendo un poco de agua y accionando el botón «Pulse» para mezclarlo bien. Viértalo en un recipiente con tapa y reserve hasta su uso.

Accesorio: Cuchilla metálica