COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Hummus de remolacha

Receta para 1 hummus

Preparación: 10 min
Total: 10 min
Dificultad: Muy fácil

INGREDIENTES

- [ ] 400 gramos Garbanzos
- [ ] 1 unidad Remolacha cocida
- [ ] 2 cdas Aceite de oliva virgen extra
- [ ] 1 cda Zumo de limón
- [ ] 2 cdtas Comino
- [ ] 1 cdta Pimienta negra molida
- [ ] 1 cdta Sal
- [ ] 1 cda Miel

PREPARACIÓN

1. Para preparar esta receta, necesitas colar los garbanzos con un colador. Puedes reservar el líquido o no.

2. Pon los garbanzos en la trituradora o en el robot de cocina. Añade la remolacha cortada en cuartos.

3. Añade el resto de ingredientes excepto la miel y tritura todo bien hasta que quede una textura cremosa.

4. A continuación, añade la miel. Vuelve a triturar hasta integrar.

5. Truco final! Para que quede todavía más cremoso, te recomiendo que lo tritures con la batidora eléctrica durante 1-2 minutos más. Servimos ¡y listo! Puedes cortar unas zanahorias, pepino en tiras para dippear, o bien, palitos de pan.