

Hummus

Para 3-4 personas

Ingredientes

1/2 kg de garbanzos cocidos
4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen
1-2 cucharaditas de zumo de limón
1-2 dientes de ajo picado
1/2 cucharada de perejil picado
1 pimiento verde pequeño (opcional)
1/4 cucharadita de comino
Sal

Preparación

1. Escurremos los garbanzos y los trituramos con la batidora o con un tenedor.
2. Añadir los ingredientes restantes y mezclar bien. Hay que conseguir una consistencia que permita untarse, si queda muy seco añadiremos algo más de aceite o incluso de caldo de cocción de los garbanzos.