

Kichererbsencreme

Kichererbsencreme

Unsere Kirchererbsencreme ist eine Abwandlung des Hummus, der in vielen orientalischen Ländern fest auf den Menüplan gehört. Allerdings hat Evi eine Tahini (das ist eine Sesampaste, die üblicherweise für Hummus verwendet wird) Sperre, also musste ein eigenes Rezept für die sonst so leckere Kichererbsencreme her. Nach einigen Versuchen kam nun dieses Rezept heraus, dass wir Euch nicht länger vorenthalten wollen.

Für eine Portion benötigt Ihr folgende Zutaten:

- 200g Kirchererbsen (entweder aus der Dose, oder Ihr weicht getrocknete Kichererbsen über Nacht ein und kocht sie am nächsten Tag für zwei Stunden ohne Gewürze und Salz weich)
- 50ml Olivenöl
- 2 Esslöffel Naturjoghurt
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- 1/2 Teelöffel Kreuzkümmel
- 1 kleine Knoblauchzehe
- Pfeffer und Salz
- 1/2 Teelöffel Currypulver
- 1 Prise Paprikapulver



Ihr gebt einfach alle Zutaten (bis auf ein paar Kichererbsen, den Pfeffer und das Salz) für die Kichererbsencreme in einen Mixer und vermixt sie miteinander. Natürlich könnt Ihr zum herstellen der Creme auch ein hohes Gefäß und einen Stabmixer nutzen. Wenn alle Zutaten zu einer Creme gemischt sind schmeckt ihr die Kichererbsencreme einfach noch mit Pfeffer und Salz ab.

Zum Schluß füllt Ihr die Creme in ein schönes Gefäß und dekoriert sie mit den aufgehobenen Kichererbsen und einer Prise Paprikapulver. Bis zum servieren stellt Ihr die Creme in den Kühlschrank.



Die Kichererbsencreme könnt Ihr hervorragend zu allen orientalischen Gerichten, als Dip und auch als Beilage zu Grillfleisch servieren.

Die Kichererbsencreme passt auch hervorragend zu unserem ["Grüner Spargel Sucuk Burger"](#). Probiert den unbedingt mal aus.