

## HUMMUS



Kategorie: Vegetarische Gerichte

Kreiert: am 22.02.2017

Qualifiziert von: Supercook DE

Vorgeschlagen von: Meggo

Gesamtzubereitungszeit: 01:06 Minuten

### ZUTATENLISTE

---

**2 Dose** Kichererbsen

---

**125 Gramm** Tahina

---

**1 Stück** Zitronensaft

---

**2 Stück** Knoblauchzehe

---

**2 Teelöffel** Meersalz

---

**4 Esslöffel** Olivenöl

---

**1 Messbecher** Wasser

---

### SCHRITT FÜR SCHRITT - ZUBEREITUNG

Um die Zubereitung einzusehen, bitte [loggen Sie sich ein](#).