27 Ιουλίου 2018

Χούμους με Αβοκάντο

Συστατικά

- 200 γρ. ρεβύθια βρασμένα
- 1 αβοκάντο(τη σάρκα του μόνο)
- 1 ½ ξύσμα και χυμό από λεμόνι
- ½ ματσάκι κόλιανδρο, ψιλοκομμένο
- 1 σκ. σκόρδο, ψιλοκομμένο

- 80-100 ml νερό
- 2 κ.γ. ελαιόλαδο
- 1 κ.γ. κύμινο
- 1 κ.γ. τσίλι σε σκόνη
- αλάτι
- πιπέρι
- φρυγανισμένο ψωμί για το σερβίρισμα

10 λεπτά
Χρόνος Εκτέλεσης

2-4
Μερίδα/ες

1
Βαθμός Δυσκολίας
Προσθήκη στο “Βιβλίο Συνταγών” μου (Πρέπει να συνδεθείτε)
Μέθοδος Εκτέλεσης
Σε ένα μπλέντερ ή σε επεξεργαστή τροφίμων βάζουμε τα ρεβύθια, το αβοκάντο, τον ξύσμα και το χυμό από λεμόνι, τον κόλιανδρο, το σκόρδο, το ελαιόλαδο, το κύμινο, το τσίλη, αλάτι και πιπέρι.
Ανακατεύουμε μέχρι να ομογενοποιηθούν. Αν το μείγμα μας είναι πολύ πυχτό προσθέτουμε λίγο νερό.
Σερβίρουμε με φρυγανισμένο ψωμί.

Πηγή: akispetretzikis.com