

BORRELPLANK Hummus van tuinbonen



1 PORTIE = 4 PERSONEN

⌚ 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- ◆ 200 g diepvries tuinbonen
- ◆ 400 g kikkererwten in blik
- ◆ 1 citroen
- ◆ 2 tenen knoflook
- ◆ 1 el sesamololie
- ◆ 1½ el milde olijfolie
- ◆ 1½ el za'atar
- ◆ 400 g snoepgroente komkommer

MATERIAAL: keukenmachine, plat bord

ZO MAAK JE HET:

1. Kook de tuinbonen 2 minuten in kokend water en giet af.
2. Spoel de kikkererwten in een vergiet onder koud stromend water.
3. Pers de citroen uit.
4. Meng het citroensap, de knoflook, kikkererwten, de helft van de tuinbonen, de sesamololie en $\frac{2}{3}$ van de olijfolie in de keukenmachine tot een gladde puree.
5. Breng op smaak met peper en zout.
6. Dop de rest van de tuinbonen.
7. Snijd de komkommers in de lengte in vieren.
8. Schep de hummus op een plat bord, bestrooi met de gedopte tuinbonen, za'atar en besprenkel met de rest van de olie.
9. Serveer de komkommers eraast.

Eet smakelijk!

BRON: [ah.nl](https://www.ah.nl)

