

REZEPT ALI MOHEBBI

# Kreuzkümmel-Sumach-Hummus

## ZUTATEN

- 400gr Kichererbsen, abgetropft und gespült
- 2 Knoblauchzehen, grob gehackt
- 3 EL Tahini (Sesampaste)
- Saft von 1 Zitrone
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1 TL gemahlener Sumach
- Salz nach Geschmack
- 2-3 EL Wasser (optional)
- Frischer Koriander/Petersilie zum Garnieren (optional)
- Olivenöl und Sumach zum Garnieren

## ZUBEREITUNG

1. Die abgetropften und gespülten Kichererbsen zusammen mit dem gehackten Knoblauch, Tahini, Zitronensaft, Olivenöl, gemahlenem Kreuzkümmel, gemahlenem Sumach und einer Prise Salz in einen Mixer oder eine Küchenmaschine geben.

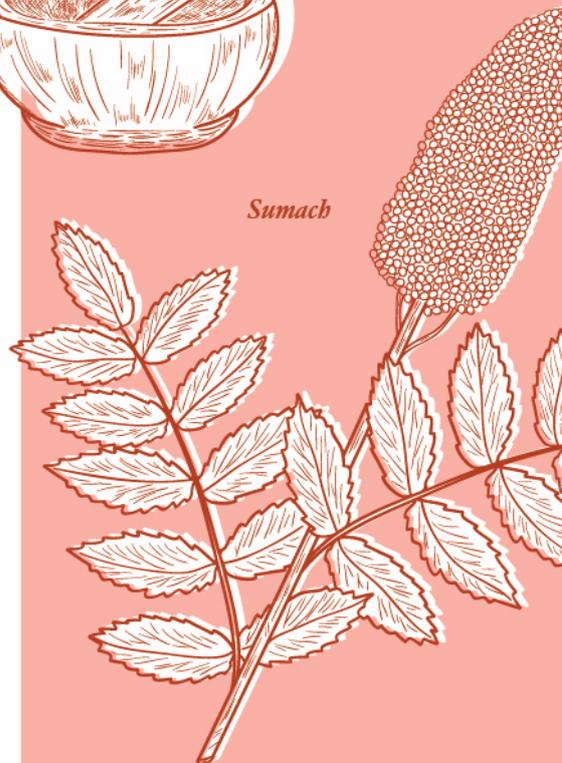
2. Alles gut mixen, bis eine cremige Konsistenz entsteht. Je nach gewünschter Konsistenz können während des Mixens 2-3 Esslöffel Wasser hinzugefügt werden, um das Hummus cremiger zu machen.

3. Das Hummus abschmecken und bei Bedarf mehr Salz, Zitronensaft oder Gewürze hinzufügen.

*Ali Mohebbi ist aus Afghanistan in die Schweiz geflüchtet. Wir haben ihn im Rahmen der SFH-Kampagne zum Tag des Flüchtlings 2023 portraitiert.*



Sumach



Kümmel

