

Faires Frühstück
Weltladen Horn
Pfarrgasse 7
3580 Horn
weltladenhorn.at



Hummus aus roten Linsen

1 Tasse rote Linsen* gewaschen
1 EL Sesammus*
2-3 Knoblauchzehen
abgeriebene Schale und Saft einer halben Biozitrone
1 Schuss Olivenöl*
1 TL Zitronenhauch*
1 Msp. Kreuzkümmel gemahlen*
Pfeffer*
Salz*
Schwarzkümmel*

Zutaten* aus dem Weltladen

Rote Linsen in knapp der doppelten Menge Wasser kochen,
auskühlen lassen auf der Herdplatte.
Ausgekühlte rote Linsen und alle anderen Zutaten pürieren, mit
Schwarzkümmel anrichten.

April 2024