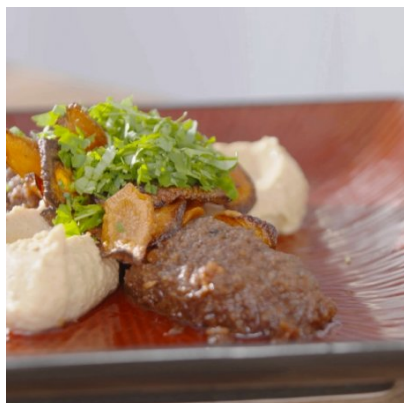


## Domowy hummus z pastą z suszonych pomidorów, odc. 1



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

|                              |              |
|------------------------------|--------------|
| <b>ugotowana cieciorka</b>   | 1/2 kg       |
| <b>pasta tahini</b>          | 6 łyżek      |
| <b>sok z cytryny</b>         | 1/2          |
| <b>ząbki czosnku</b>         | 3            |
| <b>oliwa</b>                 | 1/2 szklanki |
| <b>pomidory suszone Smak</b> |              |
| <b>anchois</b>               | 4 filety     |
| <b>orzeszki piniowe</b>      | 1/2 szklanki |
| <b>marchewka</b>             | 1 duża       |
| <b>sól morska</b>            |              |
| <b>pieprz czarny mielony</b> |              |
| <b>chili pieprz cayenne</b>  |              |
| <b>kmin rzymski</b>          |              |
| <b>kolendra posiekana</b>    | 1 pęczek     |

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

W misce zmiksować cieciorkę, pastę tahini doprawić do smaku chili pieprzem cayenne. Dodać sok z ½ cytryny po uprzednim jej „zrolowaniu” na desce. „Zrolowana” cytryna puści więcej soku. Doprawić do smaku solą morską. Następnie dodać posiekane ząbki czosnku, oliwę z oliwek, doprawić kminem rzymskim. Całość zblendować na kremową masę.

Do drugiej miski dodać cały słoik suszonych pomidorów, anchois, uprażone orzeszki pinii (prażyć na suchej patelni ok. 5-7 minut do zarumienienia i uzyskania aromatu). Całość zblendować.

Marchewkę pokroić w cieniutkie plasterki (ok 1-2 mm). Przełożyć do miski, dodać łyżkę oliwy, doprawić solą, pieprzem czarnym i wyłożyć na blachę wyłożoną pergaminem. Wstawić do piekarnika rozgrzanego do 180°C na około 20 minut.

Hummus i pastę formować za pomocą dwóch dużych łyżek w owalne porcje i przełożyć na talerz. Skropić oliwą z oliwek i posypać posiekaną świeżą kolendrą. Podać z chipsami z marchewki.