

Hummus

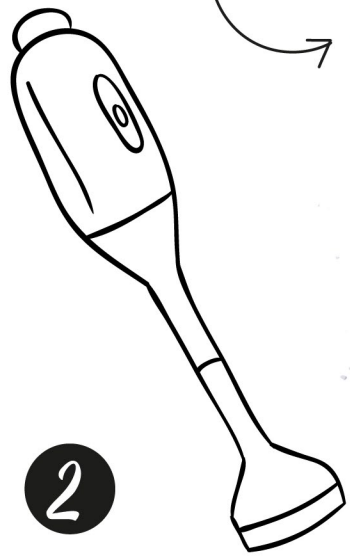
1
Echa los
ingredientes en un
vaso de batidora.



+
Puede ser
picante o
dulce, al
gusto.



+
Truco: si al ajo le
quitas la parte central,
no picará tanto.



+
sal

Si queda muy
pastoso, añádele un
poco de agua.

2
Bátelo hasta que
quede una pasta
homogénea.



3
Unta panecillos
tostados y...
¡A comer!