

HUMMUS CON PALITOS DE ZANAHORIA



Ingredientes:

- 400 gramos de garbanzos cocidos
- El zumo de un limón
- 1 cucharada sopera de tahini
- 1 diente de ajo
- 1/2 cucharadita de sal
- 2 cucharaditas de comino
- Semillas de sésamo y chía

Elaboración:

1. Se trituran todos los ingredientes, excepto las semillas, que se utilizan para decorar.
2. Corta palitos de zanahoria y disfruta de este sencillo snack.
3. Si quieres aportar algo divertido y diferente, añade a la mezcla 1 pieza de remolacha de unos 150-180 gr cocida, y tendrás un hummus a todo color.