



Хумус

Рецепт от V-ZUG АО



Приготовление 20 Mins

Время 12 Hrs

простоя

Время 35 Mins

приготовления

Порции 4

прибор CombiSteamer V4000 45 с 2021 года

Домашний хумус становится особенно кремовым и ароматным, если нут слегка отварить, а затем очистить от кожуры. Универсальный соус, намазка или дополнение ко многим блюдам.

Нут

250 г сушеного нута

воды для замачивания

175 мл воды для
приготовления на пару

Хумус

60 г тахини

1 зубчик чеснока

½ лимон, только сок

½ ч. л. молотого тмина

50 г кубики льда

½ ч. л. соли

2 ст. л. оливкового масла

немного сумаха

Нут





Положить нут в миску, залить достаточным количеством воды и замачивать прибл. 12 часов или оставить на ночь. Слить воду с нута, поместить его в жаропрочную форму с водой, поставить на решетке в холодную камеру и готовить в режиме приготовления на пару при температуре 100 °C в течение прибл. 35 минут до мягкости.

Steaming 100 °C в течение 35 Mins

Хумус

Поместить нут и все ингредиенты, включая соль, в кухонный измельчитель и измельчить до получения однородной массы. Подавать хумус, сбрызнув оливковым маслом и посыпав сумачом.

Советы

Можно использовать консервированный нут.

Для получения особенно нежного хумуса: положить сваренный нут в миску с холодной водой и вручную очистить его от кожуры.

Аксессуары

Жаропрочная форма объемом прибл. 1 л

Решетка

Дополнительная информация

Составлен

04.08.2025

