

alustar

Backstar

Jet-Cut

freshstar.

HUMMUS DI MELANZANE

RICETTA PER
1-2 persone

TEMPO DI PREPARAZIONE
10 - 15 MIN.

TEMPO DI
COTTURA/COTTURA
AL FORNO 30 MIN.

INGREDIENTI

- 2** Melanzane grandi
(o tante altre più piccole)
- 1** aglio
- 1 c.** di tahini
- 2 c.** yogurt magro
- ½ c.no** cumino
- ½ c.no** peperoncino in polvere
- 1 c.** di dukkah
- sale

PER SERVIRE

servito caldo con pane pita fresco,
un classico. Oppure con pane piatto
tostato con un po' di olio d'oliva.

PREPARAZIONE

- 1**
Avvolgere le melanzane in un foglio di alluminio e cuocere in forno a 200°C finché non saranno morbide.
- 2**
Raschiare la polpa e metterla nel frullatore.
- 3**
Aggiungere il tahini, l'aglio, lo yogurt, il cumino e il peperoncino e frullare fino a ottenere un composto omogeneo.
- 4**
Sale a piacere.
- 5**
Servire con un po' di olio d'oliva e cospargere con dukkah (o semi di sesamo tostati).