

Recipe

Hummus

Ingredients

- 4 cloves of garlic, minced
- Juice of 1 lemon
- 2 tablespoons sesame seeds
- 2 15.5oz cans of chickpeas, drained, aquafaba reserved
- ½ teaspoon cumin
- 1-1.5 cups aquafaba
- Salt to taste (2 teaspoons)

Instructions

- Mince garlic and add to the juice of one lemon. Place into the freezer to chill.
- Toast sesame seeds in a pan over medium heat until lightly brown and fragrant.
- Blend chickpeas, cumin, frozen garlic and lemon juice with toasted sesame seeds with 1 cup of the reserved aquafaba until smooth.
- Add more aquafaba to achieve desired thickness.
- Salt to taste.

Receta

Hummus

Ingredientes

- 4 dientes de ajo picado
- 1 jugo de limon
- 2 cucharadas de semillas de sésamo
- 2 15.5oz latas de garbanzos agotado, aquafaba reservado
- ½ cucharadita de comino
- 1-1.5 tazas de aquafaba
- Sal al gusto (2 cucharadita)

Instrucciones

- Picar el ajo y añadir el zumo de un limón. Meter en el congelador para enfriar.
- Tostar las semillas de sésamo en una sartén a fuego medio hasta que estén ligeramente doradas y fragantes.
- Mezcle los garbanzos, el comino, el ajo congelado y el jugo de limón con semillas de sésamo tostadas con 1 taza del aquafaba reservado hasta que quede suave.
- Agregue más aquafaba para lograr el espesor deseado
- Sal al gusto .