



Le salse vegane

HUMMUS DI CECI



Ingredienti

400 g DI CECI
.....
3 SPICCHI DI AGLIO
BIANCO PIACENTINO
.....
OLIO D'OLIVA q.b.
.....
SESAMO q.b.
.....
TAHINA q.b.
.....
CUMINO IN POLVERE q.b.
.....
SUCCO DI 2 LIMONI E MEZZO

Procedimento

- Lasciate in ammollo i ceci secchi per un'intera giornata. Scolateli e sciacquateli sotto acqua corrente. Metteteli ora a cuocere in una pentola a pressione per circa 20 minuti (in pentola normale per la cottura sono necessarie due ore), quindi scolateli e teneteli da parte. In una padella antiaderente versate tre cucchiaini di olio extravergine di oliva, tre spicchi d'Aglio Bianco Piacentino e una spolverata di spezie in polvere;
- fate tostare il tutto per un paio di minuti a fuoco medio. Aggiungete i ceci scolati e lasciate insaporire per una manciata di minuti;
- nel frattempo spremete i limoni e mettete il loro succo da parte. Trasferite i ceci (con aglio e spezie) all'interno di un mixer, aggiungete la tahina (alimento derivato dai semi di sesamo bianco) e il succo dei limoni. Frullate fino ad ottenere una crema omogenea e liscia. Aggiungete dell'olio extravergine di oliva ed amalgamate il tutto;
- servite la crema in una ciotolina e aggiungete una spolverata di peperoncino.