



Хумус со печени црвени пиперки

Хумусот е одличен намаз – мезе кое потекнува од Блискиот Исток. Направен е од наут, отстоен во вода па сварен, и одлично заситува како ужинка со лепињи или намачкан на тост.



Состојки:

- 450 грама сварен и исцеден наут
- 2 супени лажици тахини
- 2 чешниња лук
- 2 цели печени црвени пиперки
- половина кафена лажичка сол
- 250 милилитри маслиново масло
- леб или лепињи

Чекор 1

Варете го наутот во солена вода најмалку два часа.

Ако го оставите да отстои во вода преку ноќ, тоа ќе помогне во неговата подготовка, или ако имате среќа да најдете варен наут во конзерва, од него обично се добива помазен хумус.

Чекор 2

Време е да ги изблендираме состојките заедно. Наутот, печените пиперки, лукот, тахинито и солта.

Почнете да ги блендираме и истовремено сипувајте маслиново масло – секогаш Ви треба повеќе маслиново масло отколку што мислите, но за овој рецепт се доволни околу 250 милилитри.

Чекор 3

Ставете го хумусот во сад за сервирање со црвени пиперки како гарнир.

Земете кришка леб или тост и намачкајте го хумусот за сервирање.

Совет

Традиционално хумусот се прави без црвени пиперки, но ова е алтернативна идеја која можете да ја пробате дома.

Обидете се да му ставите и лимонев сок или сервирајте го со јогурт и солени за сите да можат да макаат на тркалезна даска за мезе.



Користени производи:



Тава за пржење



Сет тави за пица



Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.
Испрати го твојот омилен рецепт на www.moirecepti.mk