

Avocado auf Rote-Rüben Hummus mit Feta-Topping

20–30 Min

Zubereitung

1. Rote Rüben zusammen mit der geschälten Knoblauchzehe und den Kichererbsen fein pürieren.
2. Tahini, Zitronensaft, Meersalz und Chili hinzufügen und alles gut vermengen. Falls der Hummus zu fest ist, kann noch etwas Wasser beigefügt werden. Hummus beiseite stellen.
3. Das Schwarzbrot toasten, Hummus auf dem Brot verteilen und die Avocadoscheiben und den Feta darauflegen. Zuletzt mit dem Schwarzkümmel bestreuen und genießen.

Zutaten für 2 Portionen

= Kotányi Produkte

2 Stk.	Mittelgroße Rote Rüben gegart
400 g	Kichererbsen (Dose)
2 EL	Tahin
1 Stk.	Knoblauchzehe
4 EL	Zitronensaft
2 Stk.	Schwarzbrotscheiben
1 Stk.	Avocado in Scheiben geschnitten
100 g	Feta zerbröselt
1 Prise	Chili Peperoncini Birdseye
1 TL	Schwarzkümmel ganz
1 Prise	Meersalz jodiert grob