



# Cesnakový hummus s chlebovou plackou

🕒 60–90 Min   

## Príprava

- 1 Príprava chlebovej placky: Múku preosejte do misky. Pridajte sušené droždie, soľ, trstinový cukor a olej a premiešajte. Pridajte vodu a vypracujte hladké cesto.
- 2 Zakryte a nechajte vykysnúť na teplom mieste 30 minút. Po vykysnutí vytvarujte z cesta guľky. Guľky položte na plech s papierom na pečenie a nechajte ďalších 30 minút kysnúť.
- 3 Predhrejte rúru na 200 °C (392 °F).
- 4 Guľky vyvaľkajte na okrúhle chlebové placky s hrúbkou 2 až 3 cm a pečte 10 minút pri teplote 200 °C (356 °F) pri nastavení teplovzdušnej rúry. Upečené chlebové placky vyberte z rúry a prikryte utierkou.
- 5 Príprava hummusu: Pomocou tyčového mixéra rozmixujte predvarený cícer najemno spolu s tahini, citrónovou šťavou, olivovým olejom, mletou rascou, paprikou a kajenským korením. Pridávajte vodu, kým sa nedosiahne správna konzistencia.
- 6 Hummus podávajte studený s čerstvou chlebovou plackou.

## Ingrediencie 2 Porcie

♦ = Kotányi Produkte

### Chlebová placka:

600 g	Celozrnná špaldová múka, hladká
7 g	Droždie, sušené
2 ČL	Soľ
1 ČL	Surový trstinový cukor
1 PL	Olej
300 ml	Voda, teplá

### Hummus

120 g	Cícer, predvarený
1 PL	Tahini
1 PL	Olivový olej
2 PL	Citrónová šťava
1 ČL	♦ Rasca mletá
1 ČL	♦ Cesnak granulovaný
1 štipka	♦ Paprika špeciál sladká
1 štipka	♦ Kajenská paprika mletá
	Trochu vody

