



Чеснов хумус и домашно приготвена пита

⌚ 60—90 Минути 

Подготовка

Съставки за 2 Порции

♦ = Kotányi Produkte

За питата

600 g	Брашно от спелта
7 g	Суха мая
2 ч.л.	♦ Сол от Средиземно море
1 ч.л.	Сурова тръстикова захар
1 с.л.	Олио
300 ml	Хладка вода

За хумуса

120 g	Нахут, предварително сготвен
1 с.л.	Тахан
1 с.л.	Зехтин
2 с.л.	Лимонов сок
1 ч.л.	♦ Кимион, мян
1 ч.л.	♦ Чесън на гранули
Щипка	♦ Червен пипер сладък, специален
Щипка	♦ Лют кайенски пипер, мян
	Малко вода

- 1 Пригответе питата като пресеете брашното и го разбъркате с маята, солта, захарта и олиото. Добавете водата и омесете тесто. Оставете го покрито на топло място за половин час.
- 2 Разделете тестото на равни части и оформете малки топки от него. Поставете ги в тава, покрита с хартия за печене и оставете за още половин час настрана.
- 3 Загрейте фурната на 200°C предварително. Разточете топчетата на плоски хлебчета с около 2-3 см дебелина и опечете във фурната за 10 минути. Извадете от фурната и покрийте с кърпа.
- 4 Пригответе хумуса като разбъркате всички съставки с помощта на блендер или чопър, до получаването на фина консистенция. Добавете вода ако е прекалено гъст хумуса.
- 5 Сервирайте с питата и се насладете.

