

Hummus gedroogde kikkererwten

Wat heb je nodig

250 gram gedroogde kikkererwten
1 theelepel baking soda
150 gram tahin
4 eetlepels citroensap
3 teentjes knoflook
125 ml water (ijskoud)
1 theelepel komijnpoeder



Doe de kikkererwten in een zeef en spoel ze af onder de kraan.
Doe de kikkererwten in een grote pan.
Doe er zoveel water bij, dat ze ongeveer 4 cm onder water staan.
Laat de kikkererwten minimaal 12 uur weken.



Doe de kikkererwten in een vergiet en spoel ze af.
Doe de kikkererwten in een schone pan en doe de baking soda erbij.
Zet de pan op de kookplaat, op de middelste stand.
Bak de kikkererwten al roerend 3 minuten.



Schenk water in de pan, tot de kikkererwten ruim onder water staan.
Breng de kikkererwten aan de kook.
Zet de kookplaat op de laagste stand.
Kook de kikkererwten gaar, dit duurt 25 tot 60 minuten.



Schep regelmatig het schuim en de velletjes eraf.
Ze zijn gaar als je ze makkelijk stuk knijpt tussen je vingers.
Giet de kikkererwten af in een vergiet.
Laat ze even uitlekken en afkoelen.



Pel de teentjes knoflook en snijd ze in kleine stukjes.
Doe de kikkererwten in de blender.
Doe de knoflook erbij.
Doe de tahin er ook bij.



Doe de komijnpoeder ook in de blender.
Doe het citroensap erbij.
Doe het deksel op de blender.
Maal tot een gladde hummus, dit kan 10 minuten duren.



Duw regelmatig met een spatel de hummus naar beneden.
Voeg tijdens het malen, geleidelijk het ijskoude water toe.
Het kan zijn, dat je niet al het water nodig hebt.
In een afgesloten potje kun je het 3 dagen bewaren in de koelkast.
Je kunt het ook in porties invriezen.