

## Bohnenhummus



### ZUBEREITUNG

Geben Sie alle Zutaten in den Hochleistungsmixer und pürieren Sie die Masse so lange bis eine cremige Konsistenz erreicht ist, bei Bedarf Bohnenwasser hinzugeben.

Heben Sie den Koriander unter und servieren Sie das Hummus mit Gemüsecrackern oder frischen Gemüsesticks.

### ZUTATEN

**400g** Gekochte weisse Bohnen (z.B Cannellini)

**1 EL** Currypulver

**Saft von 1** Zitrone

**1 EL** Sesamtahini

**1** Knoblauchzehe

**1 Hand voll** Frischen gehackten Koriander

**Arbeitszeit:**

15 Minuten

**Rezept von:**

Kochbuch Doctor's Kitchen Talk