



HUMMUS CON PAN PITA

Por Chef: Damian F. Vazquez

PREPARACION

1 hora + 15 minutos

DIFICULTAD

Fácil

PORCIONES

4 personas

CATEGORIA

Comida Mediterránea

Ingredientes

Hummus - Ingredientes:

Garbanzos cocidos -- 150 gr

Tahini -- 2 cuch

Jugo de limón -- 1 pieza

Diente de ajo -- 1

Aceite de oliva -- 2 cuch

Comino -- 1/4 cdta

Sal -- al gusto

Agua (ajustar textura) -- 2 cda

Páprika -- para decorar

Pan Pita (3-4 piezas) - Ingredientes:

Harina de trigo -- 200gr

Agua tibia -- 120 ml

Levadura seca -- 3 gr

Sal -- 1/2 cdta

Azúcar -- 1/2 cdta

Aceite de oliva -- 1 cda

Preparacion

Hummus - Preparación:

1. Colocar los garbanzos, tahini, ajo, limón y aceite en licuadora o procesador.
2. Procesar hasta obtener una crema homogénea. Agregar agua poco a poco para suavizar.
3. Sazonar con sal y comino. Decorar con aceite de oliva y páprika.

Pan Pita - Preparación:

1. Activar la levadura con agua tibia, azúcar y harina (dejar reposar 10 min).
2. Mezclar con el resto de la harina, sal y aceite.
3. Amasar 10-15 min hasta lograr una masa elástica.
4. Reposar tapada 1 hora.
5. Dividir en bolitas pequeñas y extender discos de 15 cm.
6. Cocinar en comal caliente o sartén antiadherente 2 min por lado hasta inflar.