

Kikärtspaté /Hummus

1½ dl kikärter blötlagda 12 timmar

1 krm hing

1¼ tsk havssalt eller efter smak

½ dl persilja färsk

1/2 dl sesampasta

saften av en citron

vatten

1. Koka kikärter i rikligt med vatten cirka en timme. Häll av vattnet.

4. Låt kikärtorna svalna. Mal kikärtorna fint, tillsätt övriga ingredienser och vatten till önskad konsistens. (för pålägg på smörgås tjock konsistens och om du vill ha den som den är lite lösare och om du vill ha den till sås till grönsaker eller sidorätt ännu tunnare)