Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



SALSAS Y CONDIMENTOS · VEGANO

Hummus de remolacha

4 raciones 147 kcal

Ingredientes

- **1 Dientes** de ajo
- **100gr** de garbanzos cocidos (en conserva)
- **150gr** de remolacha cocida
- **15gr** de zumo de limón
- **25gr** de tahini (pasta de sésamo)
- Media cucharadita de sal
- **25gr** de aceite de oliva virgen extra
- **1** pellizco de curry en polvo
- **1** pellizco de comino molido

POR RACIÓN

Proteínas	**4,1 g**
Grasas	**10 g**
Hidratos	**11 g**
Fibra	**3,1 g**

Elaboración

1. Ponemos todos los ingredientes en nuestra batidora o robot de cocina y trituramos hasta que quede una especie de crema homogénea

Hecho con CookNest