

Domaci humus u 2 ukusa



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **120 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **300 g**sirove leblebije
- **3 kašike** prepecenog susama
- **po ukusu**soli
- **1**limun - sok
- **2** cenabelog luka
- **2 kašike** prepecene leblebije

Još:

- **2-3 cm**praziluka
- **prstohvat**ruzmarina
- **prstohvat** bibera

Priprema

Sirovu leblebiju potopiti u vodi preko noci. Ujutru zameniti vodu i staviti da se kuva. Kuvati dok zrna ne omekšaju.

Zatim ocediti od vode i staviti leblebiju, beli luk i sok limuna u secka i izblendirati u kasu. Po potrebi dodavati po malo vode do željene gustine.

Dodati i prepeceni susam i leblebiju. Ovde sam koristila vec pecenu leblebiju koju na suvom tiganju prepecem zajedno sa susamom. Izblendirati na par sekundi koliko daa se susam poveže sa smesom i leblebija malo usitni,

da ostanu komadici.

Polovinu prebaciti u cinijicu, a u drugu polovinu dodati praziluk, biber i ruzmarin pa izblendirati opet na par sekundo da se luk usitni, isto da ostanu sitni komadici jer je tako ukus lepši i intenzivniji.

Poklopiti cinijice i cuvati u frižideru.

Mogu se jesti i odmah ilj sacekati da se lepo ohlade i ukusi i arome povezu.

Ulja nisam dodavala jer mi se tekstura i ovako dopala sa dodavanjem po malo vode do željene gustine. Takoe nisam imala tahinji, ali je prepeceni susam bio odlicna zamena i daje baš lepu aromu.

Savet

Kao što se moze videti koristim ih za doruak kao namaze uz hleb, jaja, pilea prsa... odlini su i za dane posta, malo za promenu od standardnih posnih jelovnika, kao namaz uz hleb i tunu npr može biti jako ukusan i zdrav obrok :)