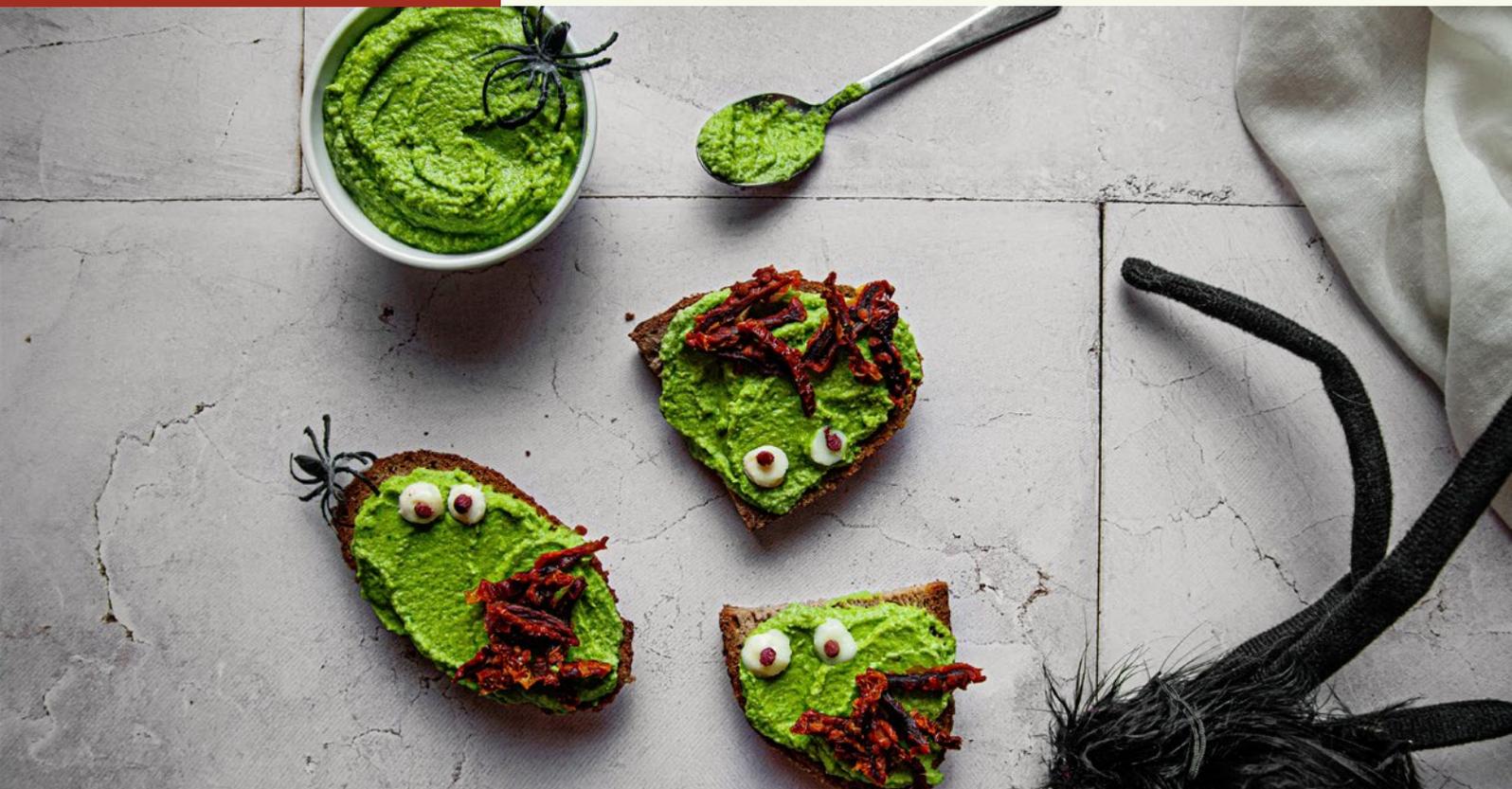


HUMMUS MONSTRUOSO CON TOMATE SECO



Receta

Ingredientes

- 400g de garbanzos cocidos
- 200 g de espinacas
- 1 cda de tahini
- 1 cda de comino molido
- Zumo de 1/2 limón
- 2 cdas de aceite de oliva virgen extra
- 3/4 rebanadas de pan
- 1 cda de sal

Toppings:

- Tomate seco Trevijano
- 1 rodaja de queso de cabra
- 3 olivas negras



**Tomate
Deshidratado**

Preparación

- 1** – Ponemos los Tomates Deshidratados Trevijano en agua tibia para hidratarlos durante 20 minutos y mientras tanto escurrimos los garbanzos cocidos.
- 2** – Batimos los garbanzos en la batidora junto con el tahini, el comino, el zumo de limón, la sal, el aceite de oliva y las espinacas. Obtendremos una textura cremosa y suave.
- 3** – Cortamos los tomates en juliana.
- 4** – Una pajita actuará de molde para extraer del queso de cabra la forma del ojo, y con trocitos de oliva picada haremos el iris de los monstruosos ojos.
- 5** – Servimos el hummus sobre una tostada, añadimos los tomates secos cortados en juliana y los ojos, un chorrillo de aceite de oliva y a disfrutar.



Información nutricional	ración 100 g.
Valor energético	1861 kJ 447 kcal
Grasas (g)	22
de las cuales Saturadas (g)	17
Hidratos de carbono (g)	55
Fibra alimentaria (g)	2,4
Proteínas (g)	5,4
Sal (g)	0,15