

Hummus met tahin



Buffet of bijgerecht

Vegetarisch

6 personen

Land: Libanon

Vorbereiding: 30 uur **Bereidingstijd:** 15 minuten

Seizoen: het hele jaar door



Ingrediënten

- 2 teentjes knoflook
- 200 g droge kikkererwten, geweekt en gaar gekookt
- 3 kleine citroenen
- 5-6 eetlepels tahin (sesampasta, verkrijgbaar bij de Turkse winkel)
- 2 theelepels paprikapoeder of sumak (verkrijgbaar bij de Turkse winkel)
- een paar hele kikkererwten, fijngehakte peterselie of plakjes radijs om te garneren
- 3 eetlepels olijfolie
- zout
- Turks brood of pitabroodjes

Bereidingswijze

1. Laat de kikkererwten 24 uur of langer weken in water. Kook ze vervolgens 3 - 4 uur in het weekvocht, laat afkoelen en bewaar het kookvocht.
2. Wrijf de knoflook met wat zout fijn in een vijzel. Pureer de kikkererwten met de knoflook in de foodprocessor of draai door een fijne zeef. Voeg scheutje voor scheutje 1,5-2 dl kookvocht toe. Voeg, als het een gladde puree is, het citroensap en de tahin toe (gebruik naar smaak meer of minder). Pureer nogmaals tot het een glad mengsel is.
3. Schep de hummus zoals op het plaatje in een (diep)bord en bestrooi met het paprikapoeder of sumak en peterselie. Giet in het midden de olijfolie.
4. Garneer eventueel nog met een paar kikkererwten of plakjes radijs langs de rand.
5. Serveer met plat Turks brood of pitabroodjes

Tenslotte

Hummus (uitspraak: Hommos (Arabisch) of Goe-moes(Hebreeuws) (ook geschreven als hoemoes, houmous, humus of humous) is in het Nederlands vertaald gewoon kikkererwten en wordt het meest gegeten in Libanon, Palestina en Israël. Het geheim schuilt hem in de onwaarschijnlijk lange kookduur van de kikkererwten en de kwaliteit van de tahin. Voordeel van deze humus is dat hij kan worden ingevroren. Wil je een gemakkelijke versie, gebruik dan ipv gedroogde kikkererwten 400 gram kikkererwten uit blik. Je moet dan wel ipv het kookvocht het afgegoten vocht uit het blik aangevuld met water tot 1,5 à 2 dl water gebruiken. Als variatie kan er ook lams- of rundvlees of vleesvervanger worden toegevoegd. Rooster dan een handvol pijnboompitten 3 minuten in een scheutje zonnebloemolie in een koekenpan. Voeg een gesnipperd uitje, 200 gram (fijn)gehakt of in kleine blokjes gesneden vlees en wat zout, peper en kaneel toe. Bak 10 minuten op halfhoog vuur. Schep het vlees mengsel in het midden van het bord met hummus en dep samen met Arabisch brood op. Een andere hummus is "**Hummus Balila**" hierbij worden de kikkererwten na het koken niet gepureerd, maar warm opgediend als bijgerecht. Week en kook 300 gram gedroogde kikkererwten zoals boven omschreven. Wrijf in de vijzel 1 el komijnzaad fijn of gebruik 1 el komijnpoeder (djinten). Hak 3 teentjes knoflook fijn. Bak die in een beetje olijfolie (niet bruin) en voeg het komijnzaad (poeder) toe en laat 30 seconden meebakken. Niet langer want dan wordt het te bitter. Voeg de gekookte kikkererwten er aan toe. Doe nu 1 dl olijfolie erbij. Meng alles goed en laat in gesloten pan onder af en toe roeren 10-15 minuten pruttelen. Rooster in de tussentijd 50 gram pijnboompitten in een droge koekenpan. Kijk uit! Doe dat niet op een te hoog vuur ze mogen niet zwart worden alleen een beetje bruin en een beetje zacht. Dat duurt 1 minuut. Hak de helft van de kikkererwten in grove stukjes. Voeg deze nu weer bij de hele kikkererwten samen met een beetje verse koriander, de pijnboompitten, zout en peper naar smaak. Roer goed. Voor een snellere versie neem je 1 blikje à 400 gram kikkererwten, uitgelekt. Bak 50 gram pijnboompitten goudbruin in een drupje olie. Doe 2 fijngehakte tenen knoflook erbij, draai het vuur uit en laat in de restwarmte eventjes garen. Meng de kikkererwten en de pijnboompitten met 25 gram boter, 1 el citroensap en een snuf zout en warm door. Doe in een schaal en bestrooi met 1 el gemalen komijnpoeder (djinten). Serveer warm, niet gloeiend heet.