

# HUMMUS

## INGREDIENTES

2 xícaras de grão-de-bico

2 dentes de alho

suco de um limão

4 colheres de sopa de azeite de oliva

sal a gosto

paprika a gosto

## MODO DE PREPARO

Deixe o grão-de-bico de molho por 6 horas para facilitar o cozimento.

Cozinhe o grão de bico em uma panela com água até que os grãos estejam bem macios.

Triture o grão-de-bico com um pouco da água da fervura e os demais ingredientes em um mixer, liquidificador ou processador (caso não possua nenhum deles, amasse-os da mesma forma como qualquer outro purê).

A mistura deve ficar homogênea, o que pode levar até 10 minutos dependendo da potência e do tipo do aparelho.

Leve à geladeira e sirva gelado com pão sírio ou outro pão de sua preferência.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19098-hummus.html>