

Vorspeise

Linsen-Hummus mit frittierten Kapern

Zutaten:

200 g Linsen, rot
400 ml Wasser
1 St. Knoblauchzehen
100 ml Mineralwasser
100 g Kapern Beeren
2 EL Tahini Gewürzpaste
1 TL Kumin
2 EL Olivenöl
Salz

Zubereitung:

Rote Linsen in leicht gesalzenem Wasser ca. 10-15 Minuten ohne Deckel köcheln, abgießen und abkühlen lassen. Linsen mit Mineralwasser, Tahin und Kreuzkümmel pürieren, mit Salz würzen. In eine Schüssel geben, Olivenöl darüber träufeln und mit frittierten Kapern servieren.