

# 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 Kreuzkümmel  
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.