

SECONDI PIATTI

## Herbed hummus

LUOGO: *Africa / Egitto*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *molto bassa*    REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



### INGREDIENTI

- ½ tazza di foglie di prezzemolo fresche
- 1/3 tazza di foglie di basilico fresche
- 2 cucchiaini di Parmigiano grattugiato fresco
- 1 cucchiaio di noccioline
- 2 cucchiaini di succo di limone
- 2 cucchiaini di tapini (semi di sesamo in pasta)
- ½ cucchiaino di sale
- ¼ cucchiaino di pepe nero macinato fresco
- 1 scatola di fagioli cannellini da 300g o altri fagioli bianchi
- 2 spicchi d'aglio

### PREPARAZIONE

- 1** Mettete tutti gli ingredienti in un mixer, tritate tutto fino ad ottenere un composto morbido.