

Fattet hummos

Ingredientes principales:

- 500 g de garbanzos cocidos
- 4 Yogures naturales
- 5 dientes de ajo machacados con una pizca de sal
- 2 cucharadas pasta de sésamo (tahini)
- Sal
- 2 Pan pita
- 3 cucharadas de piñones fritos
- 1/2 cucharadita de comino molido
- 1/2 cucharadita de pimienta de cayena molida
- 1/4 taza de mantequilla derretida para adornar
- 1 cucharadita de vinagre
- Unas pepitas de granada
- Aceite de oliva



Preparación de la receta:

Lo primero que hacemos es mezclar bien el yogur, el ajo machacado, la sal, el vinagre y pasta de sésamo. Se puede añadir un poco de agua si está muy espeso.

Cortamos el pan pita en trozos pequeños y freímos en una sartén con un poco de aceite. Colocar en un plato hondo.

Lavamos bien y escurrimos los garbanzos. Calentamos con un poco de agua, escurrimos un poco y vertemos sobre el pan con un poco del líquido. Sobre los garbanzos agregamos la mezcla de yogur.

Adornamos el plato con los piñones, la mantequilla, la granada, la cayena molida y el comino.

Servimos caliente inmediatamente.

Contesta a las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se llama la receta?
2. ¿Es un plato que se sirve frío o caliente?
3. ¿En qué momento de la comida se podría tomar? ¿Como entrante (antes de plato principal), como plato principal o como postre? ¿Por qué?
4. Según los ingredientes que lleva, ¿te parece un plato saludable? ¿Por qué?
5. ¿Te recuerda a alguna receta que tú hayas probado o cocines en casa? ¿A cuál?
6. ¿Te gustaría probarlo? ¿Por qué?
7. ¿Según los pasos que tiene la receta, te parece un plato fácil o difícil de hacer? ¿Por qué?