



Hummus de judías verde



15 min



4 raciones



fácil

Ingredientes



Judías verdes congeladas
500 gr



Aceite de oliva virgen
2 cucharadas



Jugo de limón
1/2 ud



Tahini
1 cucharada



Sal, pimienta y comino



Palitos de pan de sésamo



Semillas de chía

VEGANO 100%

Elaboración

Hervimos las **judías verdes** durante 10 minutos. Pasar por agua fría una vez terminada la cocción.

Secar bien las **judías** e introducir en la batidora.

Triturar a bajas revoluciones mientras vamos incorporando de manera gradual el aceite de oliva y el limón.

Incorporamos el resto de los ingredientes mientras termina de mezclarse en la batidora, y listo para servir en el plato.

Emplatamos el hummus, colocamos unas semillas de chía por encima, y ponemos un panecillo de sésamo en un lateral.

