


Artischocken-Ducca-Dip

Hummus aus Artischockenherzen, Kichererbsen und äthopischen Gewürz

etwa 8 Portionen

 gelingt leicht

 bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

265 g Kichererbsen (Abtropfgew.)
240 g Artischockenherzen (Abtropfgew.)
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
2 EL Zitronensaft
1 TL Sesampaste
etwa 75 g Dr. Oetker Creme VEGA
½ TL Ducca-Gewürzmischung
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Außerdem:

Ducca-Gewürzmischung
Olivenöl

1 Vorbereiten:

Kichererbsen und Artischockenherzen auf einem Sieb abtropfen lassen. Knoblauchzehe abziehen und grob zerkleinern.

2 Zubereiten:

Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und pürieren. Dip mit Ducca-Gewürzmischung, Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Dip nach Belieben in kleinen Gläsern portionieren. Vor dem Servieren mit etwas Ducca-Gewürzmischung bestreuen und mit Olivenöl beträufeln.

Tipps aus der Versuchsküche

- Dazu können Sie z.B. [Dinkel-Brötchen](#) reichen.