

## **Hummus di ceci fresco e piccante**

### **Salsa d'accompagnamento**

**Difficoltà:** facile

**Tempo di preparazione:** 10 minuti

### **Ingredienti (per 2 persone)**

- 300 gr di ceci lessati
- 3 cucchiai di Tahini (burro di semi di sesamo)
- 2 peperoncini verdi
- succo di 1 limone spremuto
- 3 cucchiai di foglie di menta fresca (in alternativa prezzemolo)
- 2 cucchiaini di cumino in polvere
- Sale q.b.

### **Preparazione**

Inserire i ceci già lessati insieme a tutti gli altri ingredienti in un frullatore.

Azionare ed aggiungere gradualmente acqua fino al raggiungimento di una consistenza cremosa.

Servire su crostini di pane integrale o in accompagnamento a verdure crude o cotte.

