

Hummus

Palestina

Montse Luque

Ingredients

250 g de cigrons
1 llimona
3 grans d'all
Pebre vermell fumat dolç
Sèsam torrat
Coriandre
Pa torrat
Llorer
Sal
Tahina



Per a la tahina:

Sèsam torrat
Aigua mineral
Oli de sèsam
Oli d'oliva

Preparació

Fiqueu els cigrons en remull amb aigua mineral durant 12 hores. Llenceu aquesta aigua i fiqueu els cigrons dins d'una olla amb aigua mineral, una fulla de llorer i dos grans d'all aixafats.

Quan arrenqui el bull, abaixeu el foc al mínim i deixeu coure els cigrons 2 hores. Si cal, poseu-hi més aigua. Vigileu que estigui també bullent, ja que si pareu la cocció els cigrons quedaran durs.

Quan els cigrons estiguin cuits, tireu-hi la sal i deixeu-los coure 5 minuts més. Un cop apagat el foc, deixeu-los reposar 30 minuts més.

Per fer la tahina, torreu el sèsam uns minuts al forn (6 minuts a 180°). Barregeu aquest sèsam amb una mica d'aigua mineral, oli de sèsam i oli d'oliva verge extra. Bateu-ho fins que emulsióni. Ha d'agafar textura de crema o pasta.

En una paella, poseu-hi un raig d'oli, talleu un all a làmines i feu-lo ballar. Després traieu-ne l'all i reserveu aquest oli.

Escorreu una llimona i poseu el suc un got americà, juntament amb l'oli de l'all, quatre cullerades de tahina, un polsim de sal, els cigrons i una mica del suc de la cocció.

Piqueu unes quantes fulles de coriandre i afegiu-les-hi. Tritureu-ho tot i aneu afegint-hi oli, de mica en mica, i més aigua de coure els cigrons i, si cal, un polsim de pebre vermell i serviu-ho.

En un bol, poseu-hi el puré, un raig d'oli, sèsam torrat, pebre vermell, coriandre i unes quantes gotes de llimona.

Mengeu-ho acompanyat de torradetes.

VI Trobada Gastronòmica Intercultural

Consorci per a la Normalització Lingüística – Servei Local de Català de Sant Andreu de la Barca

Ctra. de Barcelona, 1 – 08740 – SANT ANDREU DE LA BARÇA

Tel. 93 682 52 88 – A/e: santandreubarca@cpnl.cat

Pàgines web: www.cpnl.cat i www.cpnl.cat/xarxa/cnlcanametller

Facebook: <https://www.facebook.com/SLC.SAB>

Twitter: https://twitter.com/SLC_SAB @SLC_SAB

Blog: <http://blogs.cpnl.cat/enganxat/>