

Nem rødbedehummus

Samlet tid **15 min.** **15 min.** Arbejdstid

Næringsindhold:
974 kJ / 234 kcal

Fedt: **13,4 g** Protein: **10,1 g**
Kulhydrater: **14,9 g**

INGREDIENSE

R

4 Portioner

300 g kikærter, kogte
85 g rødbedesaft
1 fed hvidløg
2 tsk. Kikkoman Naturligt
Brygget Sojasauce
0,5 tsk. stødt spidskommen
0,5 spsk. ahornsirup
1 spsk. citronsaft
75 g tahin

Til servering:

Olivenolie
Frisk persille

FREM GANGSMÅDE

Step 1

Put kikærter, rødbedesaft, spidskommen, [Kikkoman sojasauce](#), hvidløg, ahornsirup og citronsaft i en foodprocessor og blend det hele, indtil blandingen er jævn.

Step 2

Tilsæt derefter tahin og bland det hele godt sammen. Det hele sættes på køl indtil det skal serveres.

Step 3

Pynt med en skefuld olivenolie og lidt hakket persille inden servering.