

Sesam-Feta-Würfel & Hummus

ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN

Für Sesam-Feta-Würfel

- 100 g Feta
- 1 Ei (Größe M)
- 3 EL Mehl
- 2 EL Sesam
- 1 TL Schwarzkümmel

Für Hummus

- 240 g Kichererbsen (Dose, 400 g Füllgewicht)
- 1 Knoblauchzehe
- 5 getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten
- 2 EL Sesampaste (Tahin)
- 3 EL Olivenöl
- 3 EL Zitronensaft
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz – Pfeffer



Foto: © EMF/Maria Panzer



Rezepte aus dem Buch „Fondue & Raclette“

Über 80 raffinierte Rezepte
mit Gemüse, Fleisch und Süßem
Thor, Sarah · Verlag: emf · 160 Seiten

ZUBEREITUNG

Sesam-Feta-Würfel

- 1:** Feta in mittelgroße Würfel schneiden. Das Ei in einen flachen Teller schlagen und verquirlen. In einen weiteren Teller das Mehl füllen und in einen dritten Sesam und Schwarzkümmelsamen. Die Feta-Stückchen zuerst im Mehl wenden, dann im Ei und zuletzt im Sesam.
- 2:** Die panierten Sesam-Würfel auf dem heißen Raclette-Grill etwa 7 Minuten braten. Dabei mehrfach wenden.

Hummus

- 1:** Die Kichererbsen in einem Sieb abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen. Die getrockneten Tomaten auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Die Kichererbsen mit Knoblauch, Tomaten, Sesampaste, Olivenöl, Zitronensaft und Kreuzkümmel in einen Mixer geben. Pürieren und 5–7 EL Wasser hinzugeben, bis eine homogene Masse entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Guten Appetit!