



## Hummus da curry

- 250 gr chicras
- 1 tschagula manizzata
- 2 agls en rudellas
- ¼ liter buglion
- 1 tsch. gr. pasta da curry
- 4 tsch. gr. ieli d'ulivas

Tschentar las chicras en aua tievia. L'aua sto cuvrir las chicras. Agiuntar 1 tschadun grond sal. Laschar sur notg u 12 uras.

Cuschinar:

Derschentar l'aua veglia da la chicras e remplazzar cun aua frestga da la medema temperatura. \*fitg impurtant!!!

Laschar buglir las chicras enfin ch'ellas èn lomas. Circa 50 minutas en la chazzetta a vapur, ubain 3 uras sin flomma bassa.

Hummus da curry:

Derschentar l'aua. En la medema chazzetta agiuntar l'ieli d'ulivas, la tschagula e l'agl. Brassar ensemen ed agiuntar la pasta da curry. Brassar durant in mumentin. Agiuntar il buglion e coier ensemen in mument. Manizzar tut cun il mixer.

Il Hummus da curry pon ins stritgar sin in paun tostà e servir tievi sco aperitiv. Ils megliers amis dal Hummus èn Babba Ganusch....Fatusch...Kibbeh e Tabullè....

Tuts èn aperitivs da la cuschina indica e orientala.

Bun reussir e bun appetit giavischa

Gabriela Degonda