

# Hummus mit Fladenbrot-Chips

**Das brauchen Sie:**  
(Für 4–6 Personen)

**Für den Hummus:**

- 500 g Kichererbsen, Dose
- 2 Knoblauchzehen
- Salz
- 3 EL Tahina, Glas
- 1–2 EL Zitronensaft
- 1–2 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 6 EL Olivenöl
- edelsüßes Paprikapulver
- Basilikumstreifen, zum Bestreuen

**Für die Fladenbrote:**

- 1 Würfel Hefe, 42 g
- 1/2 TL Zucker
- 500 g Mehl
- 1 EL Salz
- 3 EL Sesamöl, hell
- Mehl, zum Arbeiten
- 2 EL gehackten



So geht's:

1. Für den Hummus die Kichererbsen in ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen.
2. Die Kichererbsen mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Knoblauchzehen schälen, hacken und mit etwas Salz fein zerreiben.
3. Zu den Kichererbsen geben und mit Tahina, Zitronensaft, Kreuzkümmel und 4 EL Olivenöl zu einer Creme verrühren.
4. Nach Bedarf noch ein wenig kaltes Wasser einrühren. Mit Salz abschmecken und in Schälchen füllen.
5. Mit dem restlichen Olivenöl beträufeln und mit Paprikapulver und Basilikumstreifen bestreuen.
6. Für die Brote die Hefe und den Zucker in 270 ml lauwarmem Wasser auflösen.
7. Das Mehl mit dem Salz in einer Schüssel mischen. Das Hefewasser nach und nach zugießen und verkneten.
8. Das Öl ergänzen und den Teig kneten, bis der nicht am Schüsselrand klebt. Nach Bedarf noch etwas mehr Mehl oder Wasser zufügen.
9. Den Teig in einer Schüssel mit einem feuchten Küchentuch abdecken und 1 Stunde an einem warmen Ort ruhen lassen.
10. Den Teig auf bemehlter Fläche zu einer Rolle formen und in 10–12 gleich große Stücke schneiden. Diese zu Fladen von ca. 12 cm Durchmesser ausrollen.
11. Nacheinander in einer trockenen Pfanne von beiden Seiten je 2–3 Minuten backen. Dabei vor dem Wenden mit dem Rosmarin bestreuen.
12. Die Fladen zu dreieckigen Chips schneiden und zusammen mit dem Hummus servieren.