



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Hummusbowl med citrondressad rödkål, oliver och persilja

Citrondressad rödkål

- Rödkål 150 g
- Salt ½ tsk
- Citron, tvättad 1 st
- Olivolja ½ msk

Hummus

- Kikärter 1 förp
- Olivolja 1 msk
- Salt 2 krm
- Vitlök 1 klyfta
- Citron 1 st
- Vatten ½ dl

Kryddstekta kikärter

- Kikärter, avhällda 1 förp
- Spiskummin 1 tsk
- Paprikapulver 1 tsk

Tillbehör

- Snackgurka 1 st
- Rödlök 1 st
- Cocktailtomater 250 g
- Bladpersilja 20 g
- Snacksoliver 1 förp
- Chili flakes
- Surdegspavé 2 st

Att ha hemma ●

- Olivolja, Salt,
- Svartpeppar, Vatten

1. Värm ugnen till 200°C (varmluft) eller 225°C (vanlig). Värm surdegspavé enligt anvisning på förpackningen till servering.
2. **Citrondressad rödkål:** Strimla rödkål tunt (se tips). Lägg i en bunke och blanda med salt. Blanda väl med händerna tills kålen mjuknar något. Finriv det yttersta skalet och pressa ur cirka ½ msk saft från citronen. Blanda rödkålen med citrozest, citronsaft och olivolja. Ställ i kylen till servering.
3. **Hummus:** Häll av och skölj kikärter. Hetta upp olivolja och pressad vitlök i en kastrull och varm tills vitlöken börjar få färg. Passa noga så den inte bränns! Lägg kikärter och vitlöksolja i en mixerbunke, tillsätt pressad citronsaft (från resten av den använda citronen), vatten och salt. Mixa slät med en stavmixer. Späd eventuellt med mer vatten till önskad konsistens. Smaka av med salt.
4. **Kryddstekta kikärter:** Häll av och skölj kikärter. Torka med hushållspapper. Hetta upp olja i en stekpanna. Tillsätt kikärter och krydda med salt, svartpeppar, spiskummin och paprikapulver. Stek under omrörning i ca 3 min.
5. **Tillbehör:** Tärna snackgurka, finhacka rödlök och halvera cocktailtomater. Grovhacka bladpersilja.
6. Lägg hummus på en tallrik. Toppa med stekta kikärter, grönsaker, persilja, chili flakes, och oliver. Ringla olivolja över allt. Servera med surdegspavé och citrondressad rödkål.

TIPS! Använd gärna mandolin eller osthvel för extra tunna strimlor!