



Hummus de beterraba



Categoria
Vegetariano



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Fácil



Custo
Económico



Com quem?
Com a família



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

Q.b. de Gallo Azeite Virgem Extra Bio Sabor Suave

- 1 beterraba cozida com casca
- 400g de grão cozido
- 2 dentes de alho
- 1 colher de sopa de sumo de limão
- 2 colheres de sopa de farinha de amêndoas
- 1 colher de sopa de tahini
- Q.b. de açafraão
- Q.b. de pimenta preta
- Q.b. de salsa

Modo de preparação

1

Coloque num robot de cozinha a beterraba cozida em pedaços, o grão, o alho, o sumo de limão, a farinha e a colher de sopa de tahini.

2

Regue com um fio de Gallo Azeite Virgem Extra Bio Suave.

3

Triture até obter uma pasta consistente. Tempere com sal e pimenta e misture novamente.

4

Sirva o hummus numa taça com um fio de Gallo Azeite Virgem Extra Bio Suave, uma pitada de açafraão e polvilhe com salsa picada.

Produtos utilizados



Bio Sabor Suave
Azeite Virgem Extra

Veja também

∅ Vegetariano ☺ Médio ☻ Fácil

Couscous de verão com feta e limão

∅ Vegetariano ☺ Rápido ☻ Fácil

Quinoa com abóbora, espinafres e romã

∅ Vegetariano ☺ Médio ☻ Fácil

Pizza de cogumelos e trufas

∅ Vegetariano ☺ Médio ☻ Fácil

Tofu picante com alga nori

∅ Vegetariano ☺ Médio ☻ Fácil

Falafel



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide