

Kochen

Martin Gehrlein

Dienstag, den 28.03.2023

Hummus mit Chili, Zimt und Fladenbrot

Für 4 Personen

Zutaten

Für das Fladenbrot

180 ml Milch oder Haferdrink
50 g Butter oder Margarine
300 g Mehl
1 TL Backpulver
1 TL Salz
4 EL Olivenöl

Für den Hummus

1 Dose Kichererbsen
(480 g Abtropfgewicht)
1 Knoblauchzehe
1 Biozitron, Saft und
abgeriebene Schale davon
80 ml Olivenöl, ca.
3 EL Wasser, eiskalt, ca.
etwas Salz

Für das Topping

2 Chilischoten
2 Knoblauchzehen
2 Stiele Thymian
4 Stiele Petersilie
1 Zimtstange
100 ml Olivenöl
einige Sesamkörner, schwarz



Zubereitung

1. **Für das Brot** Milch erwärmen. Butter zugeben und darin schmelzen.
2. Mehl und Backpulver mischen. Mit dem Salz unter die Milch rühren. Alles zu einem glatten Teig verkneten.
3. Teig in 4 Portionen teilen und zu ca. 3mm dicken Fladen ausrollen.
4. In einer Pfanne das Öl portionsweise erhitzen. Teigfladen darin von jeder Seite ca. 1-2 Minuten backen. Sobald der Teig auf der Oberseite Blasen wirft, den Fladen wenden und fertig backen. Mit dem übrigen Teig ebenso verfahren.
5. **Für den Hummus** Kichererbsen abtropfen lassen. Knoblauch abziehen.
6. Kichererbsen, Knoblauch, Zitronensaft und etwas Schale, 1-2 EL Olivenöl, Wasser und Salz glatt pürieren, abdecken und bis zum Servieren ziehen lassen.
7. **Für das Topping** Chilischoten halbieren, entkernen und grob schneiden. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Thymian und Petersilie abrausen. Thymian grob zerzupfen. Petersilie ebenfalls grob schneiden.
8. Eine beschichtete Pfanne erhitzen. Zimtstange, Chili und Knoblauch ca. 2 Minuten bei mittlerer Hitze rösten, bis der Knoblauch leicht gebräunt ist.
9. Öl und Thymian zufügen und bis zum Servieren ziehen lassen (das Topping darf warm oder kalt auf dem Hummus verteilt werden).
10. Hummus auf einen Teller verstreichen und den Chili-Zimt-Mix darauf verteilen. Das Öl darüberträufeln. Petersilie und Sesam darüberstreuen. Mit dem Fladenbrot anrichten und servieren.