

Hummus Bowl

120	g	Couscous	nach Packungsanleitung zubereiten
4		«Hampfle» Nüsslisalat	waschen
¼		Gurke	würfeln
12-16		Cherrytomätli	halbieren
2	El	Kidneybohnen	gut abspülen
2	El	Mais	
2	El	Kichererbsen	gut abspülen
4	El	Hummus	
Tahinisauce:			
4	El	Tahini	alles zusammen verrühren
2	TI	Limettensaft	
2	TI	Honig	
5	El	Oel	
		Salz, Pfeffer	

Anrichten:

In einer Schüssel oder einem tiefen Teller das Gemüse kreisförmig anrichten und in der Mitte den Hummus platzieren. Tahinisauce darüber verteilen

Avocado-Topping Bowle garnieren

