

# SCHNACK 'N' SCHLEMM

SAMSTAGS  
AB 12 UHR  
in unserer Marktküche



RINDER  
MARKT  
HALLE

St. Pauli



© Malte Plutat

Olivers Rezept für

# Erbse hummus mit Pita

Oliver Trific

# ERBSENHUMMUS MIT PITA



## Zutaten für 4 Personen

- 2 Knoblauchzehen
- 350 g Erbsen (tiefgekühlt)
- Salz
- 2 Zweige Minze
- 1 TL Koriandersaat
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 3 EL Tahini-Paste
- schwarzer Pfeffer
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Olivenöl
- 4 runde Pita-Brote
- 1 kleine Handvoll Erbsensprossen oder Kresse
- Olivenöl zum Beträufeln

## Zubereitung

1. Erbsen 4 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Abschrecken und gut abtropfen lassen.
2. Eine Knoblauchzehe pellen. Minze von den Stielen zupfen. Koriandersaat im Mörser zerstoßen.
3. Knoblauch, Minze und Kreuzkümmel mit den Erbsen und Tahini in der Küchenmaschine glatt mixen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Bis zur weiteren Verwendung abgedeckt bei Zimmertemperatur stehen lassen.
4. Den Backofen auf 190°C vorheizen.
5. Eine Knoblauchzehe pellen und mit der flachen Seite eines großen Messers fein zerdrücken. Mit 2 EL Olivenöl mischen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Pitabrote auf ein Backblech legen und auf einer Seite mit dem Knoblauchöl einstreichen. Im heißen Ofen in der Ofenmitte ca. 12 Minuten backen. Pitabrote halbieren und in einem Brotkorb abgedeckt warm halten.
6. Hummus mit dem Brot dekorativ anrichten und mit den Erbsensprossen bestreut und mit etwas Olivenöl beträufelt servieren.

Dazu passt hervorragend gebratener Halloumikäse.

