

# Hummus de Arvejas y Menta

Tiempo de preparación: 45 Min



## Ingredientes

**Jugo de Limón:** 4 cdas.

**Arvejas cocidas:** 200 grs.

**Garbanzos cocidos:** 450 grs.

**Hojas de menta para decorar:** c/n

**Semillas de sésamo:** c/n

**Aceite De Oliva:** c/n

**Agua helada:** 50 Mililitros

**Ajo picado:** 2 Dientes

**Hojas de Menta fresca:** 2 cdas.

**Sal:** c/n

**Tahine:** 50 grs.

## Preparación de la Receta

- Procesar todos los ingredientes hasta lograr una textura cremosa.
- Incorporar de a poco el agua para emulsionar.
- Decorar con aceite de oliva, las hojas de **menta** y semillas de **sésamo**.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/hummus-de-arvejas-y-menta>