Verduras asadas con sésamo frutas secas y humus



Tiempo de preparación: 45 Min

Ingredientes

Limon: 1/2 Unidad
Aceite De Oliva: Cantidad deseada
Berenjenas baby: 4 Unidades
Cebolla tierna: 1 Unidad
Mini puerros: 4 Unidades
Pasas: 20 g
Ajo: 1 Unidad
Tahín: 150 g
1 tomate rama o 4 tomates de jardín:
Almendra pelada tostada: 20 g
Brote de garbanzos cocidos: 1 Unidad
Comino:
Mini zucchinis: 4 Unidades
Pimentón dulce:
Sésamo tostado:

Preparación de la Receta

Para comenzar

- Preparamos el *hummus*

Para ello

en una batidora, colocamos los garbanzos lavados, el 1/2 ajo, el jugo de 1/2 lim&oacute

- N, el tahini, un poquito de *comino*, *pimentón* dulce, sal, pimienta y un poco de agua
- Reservamos.
- Cortamos y pelamos las verduras y las marcamos en la sartén, luego, terminamos de cocinarlas en el horno a 180°C durante 10 minutos.

Para la vinagreta vamos a mezclar s&eacute

- Samo con las almendras picadas, las pasas, un poquito de tahin y aceite para poder extenderlo bien.

Para el emplatado

colocamos el hummus en la base, las verduras por encima y terminamos con la vinagreta de frutos secos y un poco de piment&oacute

- N.
- Servimos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/verduras-asadas-con-sesamo-frutas-secas-y-humus