

# Hummus de Edamame

El hummus es una receta de extremo oriente, habitual en la cocina árabe y judía. En la que habitualmente se utilizan garbanzos, pero en este caso hemos querido hacerla con edamame (soja tierna, de sabor más dulzón que los guisantes), fácil de encontrar en muchos supermercados en la zona de congelados, tanto los granos ya pelados como en su vaina.

## INGREDIENTES:

- 600g Edamame en su vaina (300g ya pelado)
- 1 Limón (zumo)
- 1 Diente de ajo
- 6-8 Hojas de hierbabuena
- ¼ Cucharadita comino molido
- 2 Cucharaditas tahin
- 1 Cucharada aceite oliva
- 100ml Agua (opcional)
- Una pizca sal

2

Raciones



## ELABORACIÓN:

1. Hervir el edamame en agua con un poco de sal 4-5 minutos o el tiempo indicado por el fabricante, escurrir, enfriar y retirar las vainas.
2. Triturar el edamame (reservar 7-8 granos para la decoración) con: el zumo de un limón, ajo pelado y picado, tahin, hojas de hierbabuena, comino molido, una pizca de sal. Si cuesta mucho de triturar, añadir un poco de agua.
3. Rectificar en sazón y poner en un bol. Decorar con un poco de aceite por encima, los granos de soja reservados y unas hojitas de hierbabuena.