



HUMMUS DE CALABACÍN Y MACADAMIA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 350 g de calabacín
- 20 g de nueces de macadamia crudas
- 40 g de aceite de oliva virgen
- 2 dientes de ajo
- 50 ml de zumo de limón
- 1 g de comino
- 1 g de cayena
- sal

LA PREPARACIÓN

- Introduce todos los ingredientes en una batidora o procesador de alimentos.
- Tritura hasta conseguir la consistencia deseada. Sirve para untar.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 3.3 g	Grasas 14 g
Kcal 177	Proteínas 1 g