



HUMMUS DE CALABACÍN, TOMATES, NUECES DE MACADAMIA Y OLIVAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 350 g de calabacín
- 20 g de nueces de macadamia crudas
- 50 ml de zumo de limón
- 40 g de aceite de oliva virgen
- 2 dientes de ajo
- 1 g de comino
- 1 g de cayena
- 50 g de tomate seco
- 300 g de aceitunas negras sin hueso

LA PREPARACIÓN

- Introduce todos los ingredientes en una batidora o procesador de alimentos.
- Tritura hasta conseguir la consistencia deseada.
- Añade al resto de ingredientes de la receta base unos 5 tomates secos rehidratados en aceite de oliva y las olivas negras.
- Tritura y sirve para untar.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 6.1 g	Grasas 35.6 g
Kcal 366	Proteínas 3.5 g