



PURÉ DE GARBANZOS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 240 g de garbanzos cocidos
- 2 dientes de ajo
- 2 g de comino
- sal
- 2 g de pimienta molida
- 1 unidad de limon
- 40 g de aceite de oliva

LA PREPARACIÓN

- Poner todos los ingredientes en un recipiente y batir.
- Se puede añadir un poco de agua, si se desea una textura más cremoso.
- En el momento de servir, adornar con unas semillas de sésamo.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 34.2 g	Grasas 13.1 g
Kcal 304	Proteinas 11.9 g