



“Hummus” de alubias con cebolla caramelizada

- 2 cucharada de aceite de oliva
- 1 cebolla dulce
- 200 gr de alubias en conserva
- 2 cucharadas de semillas de sésamo

1- Partimos la cebolla en juliana fina y la caramelizamos en su propio jugo. Reservamos. (Receta en nuestra web).

2- Lavamos y escurrimos las alubias.

3- En el vaso de la batidora ponemos las alubias, dos cucharadas de sésamo, la cebolla caramelizada y batimos. La cebolla ya tiene aceite pero es posible que necesitemos añadirle un poco más. Trituramos hasta alcanzar la textura deseada.