

Hummus s pita chlebem

Bylinky 9/2016, Kuchařka pro dceru

Ingredience

Pomazánka

- 200 g suché cizrny
- 1 špetka jedlé soli
- česnek — 1–2 stroužek
- 2 lžíce sezamové pasty tahini
- ½ lžičky římského kmínu
- Zhruba ½ lžičky soli
- Šťáva z ½ citrónu nebo méně
- olej olivový — 3 lžíce

Pita chleba

- mouka hladká — 250 g
- voda — 125 ml
- droždí — 3 g
- olej olivový — 1 lžička
- sůl — 0,5 lžička
- cukr — 1 špetka

Postup

Cizrnu namočíme na 12 hodin do dostatečného množství studené vody (aspoň 5 cm nad cizrnu) se špetkou jedlé sody. Druhý den cizrnu slijeme, vodu nahradíme novou a přivedeme k varu. Sebereme pěnu a zvolna vaříme zakryté 2 - 8 hodin do měkka. Odstavíme, osolíme ½ lžičkou soli, promícháme a necháme odpočívat v chladu do druhého dne. Cizrnu slijeme přes cedník, nálev uschováme. Okapanou cizrnu nasypeme do mixéru, přidáme tahinu, rozetřený nebo prolisovaný česnek, čerstvě nadrcený římský kmín a rozmixujeme nahrubo. Za současného pomalého chodu robotu přilijeme postupně tenkým pramínkem 200 ml nálevu a necháme dál běžet, až vznikne hladký, nadýchaný hummus. Ochutnáme, jemně dosolíme a dokyselíme, ale dáme pozor, abychom nepřehlušili chuť cizrny. Přendáme do misky a přelijeme olivovým olejem.

Cizrnu můžeme použít i konzervovanou. Suchou den předem propláchneme a namočíme do studené vody. Druhý den uvaříme v nové vodě doměkka. Cizrnu s vodou, olejem, citrónem, solí, pepřem a lisovaným česnekem dáme do mixéru a rozmixujeme na kaši. Na konec vmícháme tahini a posekanou petrželku.

Připravíme si placky: ve vlažné vodě rozpustíme sušené droždí s trochou cukru a po chvíli vmícháme ostatní ingredience. Prohněteme ve vláčné těsto a přikryjeme utěrkou. Na teplém místě necháme asi půl hodiny kynout. Potom z něj vytvoříme váleček, který nakrájíme na šest stejných dílků. Každý díl vyválíme na tenkou placičku a necháme odpočinout deset minut pod utěrkou. Troubu rozejdeme na 200 st.C zároveň s plechem. Když je rozejdátá, vkládáme placky dovnitř na plech a pečeme cca 3 minuty. Placky neobracíme. Když se nafouknou a udělají se na nich zlatavé skvrny, jsou hotové.