



# Hummus de beterraba



**Categoria**  
Vegetariano



**Tempo de preparação**  
Médio



**Dificuldade**  
Fácil



**Custo**  
Económico



**Com quem?**  
Com a família



**Nº de pessoas**  
4 pessoas

## Ingredientes

Q.b. de Gallo Azeite Virgem Extra Bio Sabor Suave

- 1 beterraba cozida com casca
- 400g de grão cozido
- 2 dentes de alho
- 1 colher de sopa de sumo de limão
- 2 colheres de sopa de farinha de amêndoa
- 1 colher de sopa de tahini
- Q.b. de açafrao
- Q.b. de pimenta preta
- Q.b. de salsa

## Modo de preparação

1

Coloque num robot de cozinha a beterraba cozida em pedaços, o grão, o alho, o sumo de limão, a farinha e a colher de sopa de tahini.

2

Regue com um fio de Gallo Azeite Virgem Extra Bio Suave.

3

Triture até obter uma pasta consistente. Tempere com sal e pimenta e misture novamente.

4

Sirva o hummus numa taça com um fio de Gallo Azeite Virgem Extra Bio Suave, uma pitada de açafrao e polvilhe com salsa picada.

## Produtos utilizados



*Bio Sabor Suave*  
Azeite Virgem Extra

## Veja também

---

 Vegetariano  Rápido  Fácil

*Quinoa com abóbora, espinafres e romã*

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

*Pizza de cogumelos e trufas*

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

*Tofu picante com alga nori*

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

*Falafel*

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

*Hummus com azeitonas e queijo de cabra*

---



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide