

Hummus di ceci con pane chapati



Ingredienti

Per l'hummus:

300 g ceci lessi

il succo di mezzo limone

2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva

1 cucchiaino di paprika dolce

1 cucchiaino di cumino in polvere

2 cucchiaini di salsa tahina

sale q.b.

Per la salsa tahina:

30 g semi di sesamo bianchi

10 g di olio extravergine d'oliva

sale q.b.

Per il pane chapati:

200 g farina 00

acqua e sale q.b.

Ideale per un aperitivo salutare al volo, quando in casa si ha poco o niente.

La preparazione dell'hummus da gustare col pane chapati (pane non lievitato) è molto rapida, c'è da aspettare solo che l'impasto riposi.

Per coloro che non hanno la salsa tahina, è molto semplice realizzarla in casa: mettere in un padellino i semi di sesamo e con la fiamma dolce farli tostare, farli raffreddare completamente e utilizzando il macinacaffè o comunque un frullatore con le lame piatte, vicine alla base, ottenere una farina, aggiungere un pochino di olio ed il sale e stavolta con le lame che vanno verso l'alto, quelle dei comuni frullatori, frullare fino ad ottenere una salsa densa, infine aggiungere ancora un po' d'olio e sempre frullando ad intermittenza, per evitare che si surriscaldi il composto, ottenere la salsa liscia.

In questa fase potrebbe risultare un po' liquida e anche amara, riposando si addenserà un pochino e perderà l'amaro. In un frullatore mettere tutti gli ingredienti per l'hummus e frullare fino a rendere il composto omogeneo, per renderlo ancora più cremoso, a questo punto, aggiungere a filo, col frullatore in azione, un paio di cucchiaini di acqua, trasferire in una ciotolina, fare un piccolo solco ed aggiungere un goccio di olio ed un pizzico di paprika per decorare.

Per il pane chapati mettere la farina ed il sale in una ciotola, aggiungere acqua a temperatura ambiente un po' alla volta, fino ad ottenere un impasto lavorabile; lavorarlo fino a che diventa liscio e far riposare un paio d'ore coperto con della pellicola.

Trascorso il tempo del riposo far riscaldare un padellino, intanto dividiamo l'impasto in 4 e realizziamo prima 4 palline che stenderemo (come se fosse una piadina), cuociamo ogni pallina stesa da entrambi i lati per un paio di minuti e mettiamo da parte. Nel momento in cui dobbiamo servire, aiutandoci con una pinza di metallo mettiamo la

“piadina” cotta direttamente sulla fiamma, rigirandola un po’ di volte in modo che si gonfi un po’ il pane.
Servire e gustare.