

# Chile Rojo Asado Hummus

Tiempo total: 15 min  
Tiempo para cocina: n/a  
Raciones: 4  
Tamano de la porcion: 1/4 taza



## Ingredientes

- 1 lata garbanzos
- 1/4 taza pimienta rojo asado en frasco
- 1 diente de ajo
- 1 limón, (jugo del limón)
- ¼ de cucharadita de sal
- ½ cucharadita de comino
- ½ cucharadita de paprika
- 2 cucharadas de aceite de oliva

## Instrucciones

1. Escurrir y enjuagar los garbanzos.
2. Mida todos los ingredientes en un procesador de alimentos o licuadora.
3. Puré hasta que quede suave.
4. Use en sándwich o tortilla, o disfrutar como aderezo acompañante de zanahoria y apio!



Public Health

Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria del USDA - SNAP. Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.

