



Kichererbsen-Joghurt-Dip

Der ideale Snack für Zwischendurch: Unser cremiger Kichererbsen-Joghurt-Dip ist ein Traum aus proteinreichen Kichererbsen, frischem Joghurt und fruchtigem Granatapfel Balsam. Probiere ihn jetzt aus und genieße die leichte Küche!

Zutaten

4 Portionen

800 g Kichererbsen aus der Dose
140 g griechischer Joghurt
3 EL Byodo Olivenöl nativ extra, aus Griechenland
3 EL Byodo Granatapfel Balsam
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen
1 Knoblauchzehe
3 EL Wasser
Minze
Granatapfelkerne
Byodo Meersalz
Pfeffer

Zubereitung

Kichererbsen gründlich abspülen und abtropfen lassen. Kichererbsen, Joghurt, Olivenöl, Essig, Kreuzkümmel und Knoblauch in einen Mixer geben und die Zutaten pürieren bis eine glatte, cremige Konsistenz erreicht ist. Falls der Dip noch zu dickflüssig ist, bei Bedarf noch Wasser hinzugeben, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen.

Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken, bei Bedarf noch etwas Kreuzkümmel hinzugeben. Aufstrich in eine Servierschüssel geben und mit frischen Minzeblättern und Granatapfelkernen dekorieren.

Aufstrich mit frischem Gemüse oder z.B. mit den [Byodo Grissini](#) oder [Knusperecken](#) servieren.