



Ofenkartoffel mit Tomaten-Hummus

Zutaten für 2 Personen:

400 g festkochende Kartoffeln
1 ½ TL Olivenöl
½ TL Schwarzkümmel
1 Dose Kichererbsen
1 Bio-Zitrone
200 g Tomaten
2 EL Tomatenmark
1 Knoblauchzehe
15 g getrocknete Tomaten
4 EL geriebener Hartkäse, nach Wahl
Salz und schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
1 TL Harissa
½ TL Kreuzkümmel, gemahlen

Zubereitung:

Ofen auf 220 °C Umluft vorheizen. Kartoffeln, waschen, halbieren und trocken tupfen. Backblech mit Alufolie auslegen, mit Olivenöl bestreichen und mit Schwarzkümmel bestreuen. Kartoffeln mit der Schnittfläche darauflegen. Obere Seite der Kartoffel mit einem Messer mehrmals einritzen und mit dem restlichen Öl bestreichen. Im Ofen, mittlere Schiene, bei 200 °C ca. 20-25 Minuten backen.

Kichererbsen in einem Sieb waschen und abtropfen lassen. Zitrone waschen, abtrocknen und 1 TL Schale abreiben, den Saft auspressen. Tomate waschen, Stielansätze entfernen, grob hacken und mit dem Zitronensaft pürieren. Die Hälfte der Kichererbsen dazugeben und fein pürieren. Dann restliche Kichererbsen mit Tomatenmark und Zitronenschale dazugeben und durchmischen.

Knoblauch schälen, fein hacken. Getrocknete Tomaten ebenfalls fein hacken. Beides mit Käse unter den Hummus mischen. Mit Salz, Pfeffer, Harissa und Kreuzkümmel würzen. Die Kartoffeln leicht salzen und mit dem Tomaten-Hummus anrichten.