



Toast avocado met spicy kikkererwten



Bereidingstijd

< 30 min



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

400 gram kikkererwten
1 scheut olijfolie
1 eetlepel kaneel
1 eetlepel komijn
1 eetlepel korianderpoeder
1 theelepel cayennepeper
1 theelepel gemberpoeder
1 theelepel kurkumapoeder
2 eetlepels agavesiroop (of honing)
8 sneden brood
4 avocado's
1 limoen (sap)
peper en zout
3 blaadjes ijsbergsla

Bereidingswijze

- 1.** Maak eerst de spicy kikkererwten: meng de kikkererwten in een kom met een beetje olijfolie, kaneel, komijn, koriander, cayennepeper, gemberpoeder, kurkuma en agavesiroop. Schep op een bakplaat en zet 15 minuten in een op 200 °C voorverwarmde oven. Roer af en toe even door. De kikkererwten moeten krokant zijn, maar niet verbrand. Laat eventueel nog een beetje langer roosteren. Haal uit de oven en laat afkoelen.
- 2.** Rooster of gril het brood krokant.
- 3.** Haal het vruchtvlees uit de avocado's en meng met het limoensap, peper en zout. Prak of mix het glad.
- 4.** Bestrijk elk sneetje brood met avocado, beleg met ijsbergsla en werk af met de kikkererwten.