Χούμους | Hummus

με ταχίνι και χυμό λεμονιού
Το απόλυτο ορεκτικό με ανατολίτικη καταγωγή! Το χούμους «οι γουμένισσες» παρασκευάζεται με ελληνικά ρεβίθι, ταχίνι και χυμό λεμονιού για να το απολαύσετε πάνω σε ψωμί, τορτίγια ή αραβική πίτα, συνοδεύστε το με ψητά κρεατικά ή σαν ντρέσινγκ, προσθέτοντας ελαιόλαδο, πάνω σε σαλάτες.

with Tahini & Lemon Juice
The tastiest appetizer with a Middle Eastern origin! The hummus «Goumenisses» is made with Greek chickpeas, tahini and lemon juice, so you can enjoy it’s amazing taste on bread, tortilla, or flat bread.

Ενέργεια | Energy:	1351 kJ | 326 kca
Λιπαρά | Fat:	25,9 g
εκ των οποίων Κορεσμένα | of which Saturates:	3,6 g
Υδατάνθρακες | Carbohydrates:	15,4 g
εκ των οποίων Σάκχαρα | of which Sugars:	3,2 g
Εδώδιμες Ίνες | Fiber:	4,2 g
Πρωτεΐνες | Protein:	5,7 g
Αλάτι | Salt:	0,7 g
Συστατικά:	Ρεβίθια 35%, παρθένο ελαιόλαδο, χυμός λεμονιού, ταχίνι, νερό, ζάχαρη, ξύσμα λεμονιού, αλάτι, πιπέρι, σκόρδο, ρυθμιστής οξύτητας: κιτρικό οξύ.
Ingredients:	Chickpeas 35%, extra virgin olive oil, lemon juice, tahini, water, sugar, lemons zest, salt, pepper, garlic, Acidity regulator: citric acid
Extras:	Αλλεργιογόνα: Ταχίνι • Contains: Tahini