

Ristede kikærter

(ca. 3 personer)

Klar på den perfekte snack til at stille den lille sult? Disse ristede kikærter kan krydres, så de passer præcis til dig og dine smagsløg. Så bliver det næste store problem bare at stoppe med at spise dem!

Ingredienser

1 dåse kikærter

Evt. salt, paprika, cayennepeber eller andre krydderier

Fremgangsmåde

1. Tænd ovnen på 175 grader varmluft.
2. Dræn kikærterne og hæld vandet ud i vasken.
3. Fordel kikærterne på en bageplade beklædt med bagepapir.
4. Strø med salt, paprika, cayennepeber eller andre krydderier afhængig af ønsket smag.
5. Rist kikærter i ca. 20-25 minutter til de er let gyldne.
6. Lad kikærter køle ned.

Tips

- En lille slat olie på kikærterne gør dem sprødere og mere smagfulde!
- For lidt ekstra 'spice' tilføj da både cayennepeber og chiliflager.
- De ristede kikærter er super gode i forskellige salater eller ovenpå frisk hummus.