



Hoummous

Pour un petit bol

- 450 g de pois chiches cuits
- Le jus d'un demi citron, 2 gousses d'ail, huile d'olive, sel et poivre



© SP pour Cmongout

Servir: Servez bien frais avec du pain grillé, des galettes de pain azime ou des pitas.

Variation

Ajoutez des herbes hachées selon votre goût, ou bien des graines de sésame grillées à sec dans une poêle.

■ Mixez les pois chiches, le jus de citron et les gousses d'ail en ajoutant un peu d'huile d'olive pour obtenir une texture parfaitement lisse.

■ Salez et poivrez selon votre goût.

Conseils

Inratable, selon la capacité de votre robot, mixez les pois chiches en plusieurs fois.