HOUMOUS À L'ORIENTAL

Sur un peu de pain (de mie si on a une bouche ou gorge irritée), on se régale avec cet houmous onctueux. Facile à réaliser et à manger ; et prêt en un rien de temps en cas d'une petite faim, il ne peut que plaire.

Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 0 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (4 personnes)

- 300g de pois chiches en conserve cuits et égouttés
- 2 à 3 c. à s. de Tahin (crème de sésame)
- jus d'½ citron
- huile d'olive
- 1 c. à c. de sel
- 1 c. à s. de cumin
- 1 à 2 gousse(s) d’ail

Préparation

Mettre dans un mixeur les pois chiches en conserve avec un peu de jus. Mixer jusqu’à obtenir un mélange pâteux.

Ajouter le tahin (ou la crème de sésame) et bien mélanger.

Ajouter le citron, le sel et l’ail.

Disposer dans les assiettes et verser un filet d'huile et du cumin. Déguster.