



Hoummos

ingrédients : 500 g de pois chiches en boîte ou 350 g de pois chiches secs • 4 cuil. à soupe de tahiné (crème de sésame) • Le jus de 2 citrons • 3 gousses d'ail • 3 cuil. à soupe d'huile d'olive • Sel

Préparation

Si vous utilisez des pois chiches secs, les mettre à tremper durant une nuit entière. Vous pouvez également utiliser des pois chiches en boîte, déjà cuits.

Le lendemain, faire cuire les pois chiches à feu doux, dans une casserole d'eau salée, pendant environ 1 h.

Peler l'ail, le mettre dans la cuve cutter et le réduire finement.

Ajouter la crème de sésame, les pois chiches cuits et égouttés, le jus des citrons et le sel.

Réduire le tout en purée très lisse et servir arrosé d'un filet d'huile d'olive.

Rectifier l'assaisonnement.

Suggestion

Le Hoummos accompagne des grillades, du kibbé ou tout simplement des crudités diverses et du pain arabe. Certains le dégustent même au petit déjeuner ou lors d'un souper tardif. Il a une place privilégiée dans les mezzés.