

Variations de houmous

HOUMOUS CLASSIQUE

Ingédients :

- 1 bocal de pois chiches (env. 500 g avec liquide)
- 1 citron
- 4 c. à s. de tahini (pâte de sésame)
- 3 c. à s. d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail (épluchée)
- 2 c. à c. de cumin (en poudre)
- Sel et poivre à volonté

Préparation :

Mixer les pois chiches avec le liquide et les autres ingrédients jusqu'à obtenir un mélange crémeux. Saler, poivrer et verser dans un plat. Décorer de pois chiches, d'huile d'olive et de paprika en poudre. Le délicieux houmous est prêt à déguster !

Notes :

Le houmous se marie parfaitement avec des bâtonnets de légumes, du pain ou de la salade. Il est idéal en pique-nique !



Variations de houmous

HOUMOUS À LA BETTERAVE

Ingrédients :

- 1 betterave rouge cuite
- 300 g de houmous nature (voir recette du houmous classique)
- 1 pincée de cannelle
- 1 pincée de girofle en poudre
- 1 pincée de noix de muscade
- 1 c. à s. d'huile

Préparation :

Découper la betterave en petits cubes et les ajouter à la recette de houmous de base. Ajouter 1 c. à s. d'huile ainsi que les autres épices, puis mixer une nouvelle fois finement le tout. Répartir le houmous à la betterave dans des ramequins et garnir de pépins de grenade ou de pignons grillés.

Notes :

Le houmous est un plat adaptable qui s'accommode facilement d'une multitude d'ingrédients. N'hésitez pas à faire des expériences avec différents arômes comme du basilic frais, des piments ou du curry exotique pour créer votre houmous préféré.

