

Houmous (normal)

Service : 517,5 g - 500 mL

Source : Gurimarukin

Ingrédients

- 200 g de pois chiches (secs)
- 1 c.s. d'huile de sésame toasté
- 5 c.s. d'huile d'olive
- 6 c.s. d'eau de cuisson des pois chiches
- 6 gousses d'ail (grosses)
- 1 c.c. bombée de cumin
- 4 dattes

Préparation

1. Cuire les pois chiches ; garder l'eau de cuisson.
2. Mixer tous les ingrédients.

Astuce

Il vaut mieux faire plusieurs petits pots (bien remplis) qu'un grand. En effet, plus il y a d'air en contact, plus le houmous tourne rapidement. Fermés (et remplis à ras), les petits pots se garderont bien.

Révision #9

Créé 19 mai 2021 19:09:25 par gurimarukin

Mis à jour 30 mai 2021 08:23:52 par gurimarukin