



Finger food

Houmous de pois chiches



10 min 10 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

192

CALORIES

Ingrédients
pour **6** personnes

400 g **Pois chiches en conserve**

3 c. à soupe **Tahiné**

3 c. à soupe **Huile d'olive**

1 **Citron(s)**

1 **Gousse(s) d'ail**

1 c. à café **Piment de Cayenne**

1 c. à café **Sel**

Étape 1

Préparation du houmous

- 1 Égoutter les pois chiches en gardant 2 cuillères à soupe de jus.
- 2 Presser le citron.
- 3 Peler et dégermer la gousse d'ail.
- 4 Mettre les pois chiches et leur jus, le jus de citron, l'ail et tous les autres ingrédients dans le bol d'un mixeur.
- 5 Mixer jusqu'à obtention d'une consistance onctueuse.

Étape 2

Dressage

- 1 Décorer avec un brin de persil et servir avec du pain libanais et des crudités pour faire trempette.