



Houmous

Pour 4 personnes

250 gr de pois chiches,
1 cuil à café de bicarbonate,
2 cuil à soupe de tahine,
jus d'un demi citron,
sel et poivre



La veille, mettre à tremper les pois chiches dans de l'eau froide.

Faire cuire les pois chiche dans une marmite d'eau froide en y ajoutant le bicarbonate. Porter à ébullition et faire cuire environ 30 mn. Les pois chiche doivent rester entier.

Les égoutter, les passer sous l'eau froide pour enlever la peau.

Mixer les pois chiches et ajouter le tahine , le sel, le poivre et le jus de citron. Ajouter de l'eau afin que la consistance soit fluide.

Servir frais.



Couleur Kémia

<http://couleurkemia.canalblog.com/>

Babali @2007