

houmous pita maison au cresson



Ingrédients

2 (410g) canettes pois chiches
1 gousse d'ail écrasée
45ml / 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive
15ml / 1 c. à soupe de tahini
le jus de 1 citron
bonne pincée de poivre de cayenne
1 sac de cresson (85g)
wholemeal pitta pain pour servir

Méthode

Égoutter les pois chiches, réservant 100ml/4floz du liquide. Déposez la moitié des pois chiches et tout le liquide dans un robot culinaire, ajouter l'ail, l'huile d'olive, le tahini, le jus de citron, le poivre de Cayenne et beaucoup de sel et de poivre noir fraîchement moulu. Mélangez jusqu'à ce que le mélange devienne lisse.

Ajouter les pois chiches restants et le cresson et les mélangés à nouveau sur le réglage de pouls, jusqu'à ce que le mélange est encore assez trapu. Servir en peluche dans du pain pita chaud ou comme trempette avec des crudités.