

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

HOUMOUS

pour 6 personnes :

1 boîte de pois chiches "al wadi" (produit au Liban) - 5 càs de jus de citron - 5 càs de tahiné - 6 càs d'huile d'olive - 2 càc de cumin moulu - sel -poivre -

Egoutter les pois chiches, les éplucher. Ouvrir le pot de tahiné, battre avec un fouet le mélange afin de bien mélanger l'huile à la pâte. Mixer tous les ingrédients. Goûter, ajouter sel et poivre à votre convenance. Si le mélange est trop pâteux, un peu d'eau peut être ajouter.

Menus Propos © 2007

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

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr