

# Houmous de pois chiches

à l'huile de sésame



## Préparation :

10 minutes

## Sans cuisson

## Portions :

4 personnes

## Ingrédients :

- 250 g de pois chiches cuits
- 3 c à s d'huile de sésame\*
- 2 c à s de purée de sésame\*
- le jus d'un citron
- 1 c à c de cumin en poudre
- 1 gousse d'ail
- sel

1. Rincer et égoutter les pois chiches cuits.
2. À l'aide d'un robot culinaire, mixer les pois chiches avec l'huile de sésame, la purée de sésame et le jus de citron.
3. Presser ou râper l'ail.
4. Ajouter l'ail, le cumin et le sel aux pois chiches et mélanger pour obtenir une préparation homogène.
5. Déguster à l'apéritif sur des toasts ou en sandwich avec du pain pita.

\*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

Sargé | ZAC de la Pointe, Sargé  
Université | 22 bd Louis Leprince-Ringuet  
République | 1 b rue Gambetta, Le Mans

Atlantides | 4 avenue d'Haouza, Le Mans  
Antarès | Giratoire de César, Le Mans  
Allonnes | Rue de la Raterie, Allonnes

 Plus de recettes sur  
[www.cuisine-moi-un-fenouil.fr](http://www.cuisine-moi-un-fenouil.fr)