



Houmous

achards de citron

Recette 6 à 8 personnes

Ingrédients :

Pois chiches secs : 300g
Jus de citron : 1.5 citron
Huile d'olives : 20cl
Achard de citron : 2 cuillères à soupe
Sel, poivre



Préparation :

- 1 - La veille, faire tremper les pois chiches dans de l'eau froide
- 2 - Le lendemain cuire les pois chiches, les égoutter après la cuisson.
- 3 - Dans le bol d'un mixeur placer les pois chiches avec une partie de l'huile d'olive, mixer tout en incorporant le reste d'huile, le jus de citron, le sel et le poivre.
- 4 - ajouter l'achard de citron ajuster selon votre gout et mixer jusqu'à l'obtention d'une pâte crémeuse.
- 5 - réserver au frais
- 6 - vous pouvez ajouter des fleurs de soucis, bourache, d'ail des ours pour valoriser votre plat, elles sont toutes comestibles.

Le pois chiche qui selon les langues s'appelle Krios, Aries, Chennuka, Her-bak ou même « petit-cul » dans le Languedoc ou de son nom latin Cicer Arietinum, a longtemps été négligé au profit de son cousin le haricot, perçu comme plus noble ou plus élégant. Mais c'est là une époque révolue pour la plus modeste des légumineuses, qui fait aujourd'hui son grand retour dans nos assiettes

Le poète Théophile Gautier disait de lui que c'est « un petit pois qui nourrit l'ambition d'être un haricot et qui, heureusement, y parvient »

