



Les papilles d' **Udibri**

HOUMOUS DE BETTERAVE



Temps de préparation
15 min



Temps de cuisson
-



Portions
5 personnes



Difficulté
Facile



Type de plat
Cuisine du monde



Type de recette
Recette salée

Ingrédients

- 250g de pois chiche cuits
- 1 betterave cuite
- Jus d'1/2 citron
- 2 cas de tahin (purée de sésame)
- 1 cas d'huile de sésame
- 1 gousse d'ail
- sel
- poivre
- persil

Instructions

- Dans le bol du mixeur, placer la betterave coupée en dés, les pois chiches, l'ail et mixer le tout.
- Ajouter le jus de citron, le tahin, l'huile, le sel, le poivre et mixer de nouveau jusqu'à obtenir la texture attendue.
- Servir dans un bol et parsemer de quelques graines de sésame et du persil ciselé.
- A vos papilles!

