

HOUMOUS BETTERAVE ET HARICOTS ROUGES

Une recette originale pour les apéros du week-end.
Une variante colorée du houmous traditionnel.



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 240 g de haricots rouges cuits
- 150 g de betteraves cuites
- 1 gousse d'ail pressée
- 2 cuillères à café de vinaigre balsamique
- 2 cuillères à soupe de tahiné
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de cumin
- 1/4 de cuillère à café de paprika
- 1 pointe de piment (doux ou non)
- 3 cuillères à soupe de coriandre fraîche (lorsque c'est la saison)

Temps

✓ 5 minutes de préparation

Préparation

- Mixer l'ensemble des ingrédients (sauf la coriandre)
- Ajouter un peu de sel si besoin
- Hacher finement la coriandre et l'ajouter
- Réserver au frais
- À déguster avec du pain pita, des croûtons de pain grillé, des gressins, des crudités...

Matériel



1 mixeur

Recette écrite par :
les carnets d'agnès

