



Houmous au chou-fleur cuit et noisettes



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

recette de base du houmous

1/4 chou-fleur

huile d'olive

sel et poivre

noix de muscade

1 poignée de noisettes

cumin en poudre

paprika en poudre

1 botte de coriandre

Méthode de préparation

- 1.** Émincez le chou-fleur aussi finement que possible et faites-le brunir dans de l'huile d'olive. Utilisez une poêle à revêtement antiadhérent. Mélangez continuellement. Le chou-fleur est cuit après environ 15 minutes de cuisson. Assaisonnez de sel, de poivre et de noix de muscade.
- 2.** Ajoutez les noisettes 5 minutes avant la fin de la cuisson.
- 3.** Versez le houmous sur une assiette plate et lissez-le. Répartissez le chou-fleur et les noisettes au-dessus. Pour terminer, versez un bon filet d'olive et saupoudrez de cumin et de paprika en poudre. Garnissez de feuilles de coriandre. Servez avec du pain plat (pain à pita, naan ou pain marocain).
- 4.**