

Les recettes

des

Récoltes du caillou

FEUILLES • LÉGUMES • FRUITS

Producteur
par Pic Ombo



Le Houmous d'Ambrevade

Ingrédients

- › 50 g d'ambrevade
- › 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- › 2 cuillères à soupe de jus de citron
- › 1 cuillère à café de cumin
- › 1 cuillère à café de paprika
- › Sel, poivre selon vos goûts

› Feuilles › Légumes › Fruits
des récoltes du caillou

Variantes

- › Parfumée : ajoutez un zeste de combawa.
- › Relevée : ajoutez du curry.
- › Piquante : ajoutez du piment.
- › Crémeuse : ajoutez de la crème de sésame.
- › Sucrée : ajoutez du miel.

Par Catherine



Le Houmous d'Ambrevade, La recette

Faites tremper les ambrevades
une nuit à température ambiante.

1

Jetez l'eau de trempage et rincez
à l'eau claire. Faites cuire 20 à 30
min dans de l'eau bouillante.

2

Egouttez et laissez refroidir.
Mixez avec l'huile d'olive, le
citron, le cumin et le paprika.
Ajoutez un peu de sel et de poivre
selon vos goûts.

3

Servez sur des tartines de pain !

4

Bon Appétit !

