



Houmous d'haricots rouges

6 portions

Préparation : 5 minutes

Ingrédients

- 1 conserve de 540 ml d'haricots rouges rincés et égouttés
- 125 ml (½ tasse) de yogourt nature
- 2 gousses d'ail
- 5 ml (1 c. à thé) de cumin
- 2,5 ml (½ c. à thé) de coriandre moulue
- 2,5 ml (1 c. à thé) de chili
- Jus de ½ citron
- Sel et poivre au goût

Préparation

1. Au robot culinaire, mélanger tous les ingrédients.
2. Racler les rebords du récipient avec une spatule et mélanger de nouveau jusqu'à l'obtention d'une texture lisse.
3. Servir avec les croustilles de tortillas, des crudités ou utiliser comme tartinaade pour les sandwiches.
4. Se conserve 5 jours au réfrigérateur et ne se congèle pas.