

# **HOUMOUS RAPIDE : CUIT AU CUISEUR THERMOS**

## INGRÉDIENTS :

- 250gr de farine de pois chiche, bio si possible
- 1 cuillère à café de sucre intégral
- 1 litre d'eau, ou plus au besoin
- 8 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 3 à 4 citrons pressés, au goût et pour rectifier la consistance
- 3 cuillères à café de cumin en poudre
- 6 cuillères à café d'ail semoule
- 25 cl de tahine (purée de sésame) ou plus au goût
- Sel et poivre
- Paprika et graines de sésame pour la présentation

## PRÉPARATION :

- Mélanger la farine et le sucre dans un peu d'eau pour obtenir une pâte lisse; laisser reposer 5 minutes, mélanger encore.
- Porter le restant d'eau à ébullition.
- Verser la pâte dans l'eau, sans cesser de remuer. Ajouter de l'eau si besoin, les farines ne sont pas toutes pareilles...
- Ajouter l'huile d'olive, remuer pendant 3 minutes.
- Mettre le couvercle et laisser cuire encore 2 minutes.
- Mettre dans le cuiseur thermos pendant 40 minutes minimum.
- À la sortie du cuiseur, terminer l'assaisonnement (citron, épices, et purée de sésame) et rectifier si nécessaire – pour le goût et la consistance.
- Laisser refroidir dans un plat creux.
- Garnir de feuilles de salade verte de saison; parsemer de graines de sésame grillées et servir avec des croutons aillés, des radis rouges ou des tomates cerise selon la saison.