MOULES ET TOMATES SEMI-SÉCHÉES SUR HOUMOUS



INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1kg moules
- 500g Hummus
- 120g Petites Tomates Semi-Séchées en Morceaux A L'Huile de Tournesol
- 80g Pois Chiches In Saumure
- q.s. Condiment de L'Huile à l'Ail des Ours
- q.s. Piments Rouges Concassés
- q.s. Condiment de L'Huile Aux Citrons
- q.s. chips de patate douce

MÉTHODE

- Diluer le houmous avec de l'huile au citron et de l'eau jusqu'à obtenir la consistance désirée.
- Nettoyez et ouvrez les moules sur feu vif avec de l'huile à l'ail et au piment.
- Disposer le houmous au centre du plat, déposer les moules pelées, les pois chiches préalablement sautés dans la poêle.
- Garnir avec des tomates semi-séchées et des chips de patate douce.

PRODUITS DANS CETTE RECETTE



Hummus



Petites Tomates Semi-Séchées en Morceaux A L'Huile de Tournesol



Pois Chiches In Saumure



Condiment de L'Huile à l'Ail des Ours



Piments Rouges Concassés



Condiment de L'Huile Aux Citrons