



Humus De Pomme De Terre

Patates Humusu



4 pommes de terre
3 gousses d'ail
3 cuillères à soupe de tahini
1 citron
1 cuillère à café de cumin
1 cuillère à café de sel
Pour la surface:
1 tasse d'huile d'olive
1 cuillère à café de flocons de piment rouge

Faites bouillir les pommes de terre avec la peau. Épluchez la peau puis écrasez jusqu'à qu'elles perdent leur forme.

Rajoutez du tahini, du jus de citron, du sel et du cumin. Mélangez en écrasant jusqu'à qu'il devient lisse.

Prenez dans une assiette avec des côtés corrigez avec une cuillère. (Vous pouvez faire des formes avec la cuillère)

Faites griller l'huile d'olive avec le flocon de piment rouge puis versez sur le humus.

Consommer en forme de garniture.

N-B; Pour augmenter le goût, vous pouvez rajouter de la noix de coco ou des noix muscats.