

HOUMMOS DE CŒURS DE PALMIERS



Ingrédients pour 6 personnes

- ④ 400 g de cœurs de palmiers(boite)
- ④ 4 oignons nouveaux avec leur tige
- ④ 2 petites gousses d'ail
- ④ 1/2 citron (jus)
- ④ 8 c à s d'huile d'olive
- ④ quelques gouttes de Tabasco
- ④ 1 c à c de graines de sésame
- ④ sel

Préparation

- ④ éplucher, émincer séparément les tiges et bulbes des oignons
- ④ peler, écraser l'ail
- ④ égoutter les cœurs de palmiers
- ④ les mettre dans un robot
- ④ ajouter l'ail, la moitié des bulbes d'oignons émincés
- ④ mixer en purée grossière
- ④ ajouter le jus de citron, l'huile en filet
- ④ mixer pour obtenir un mélange lisse comme une mayonnaise
- ④ saler et ajouter le Tabasco
- ④ répartir la préparation dans des verrines
- ④ saupoudrer avec le restant des oignons émincés et les graines de sésame
- ④ mettre au frais
- ④ sortir les verrines 20 mn avant de servir
- ④ servir avec du pain de campagne grillé ou des gressins