Houmous à la betterave

Un houmous d'un rose éclatant, doux et légèrement terreux. Il met de la couleur sur la table de mezzés et plaît beaucoup aux enfants.

6 personnes	10 min préparation	0 min cuisson	10 min au total	facile niveau

Ingrédients

- 250 g de betterave cuite
- 250 g de pois chiches cuits égouttés
- 2 c. à soupe de tahini
- 1 gousse d'ail
- 3 c. à soupe de jus de citron
- 3 c. à soupe de huile d'olive
- 1 c. à café de cumin
- 1 c. à café de sel

Préparation

1. Hacher la betterave en morceaux et l'ail dans le bol.
   8 sec / vitesse 6
2. Ajouter les pois chiches, le tahini, le citron, l'huile, le cumin et le sel.
3. Mixer jusqu'à obtenir une crème lisse en raclant les parois.
   1 min / vitesse 8
4. Goûter et rectifier l'assaisonnement.
5. Servir frais avec des bâtonnets de légumes ou du pain pita.

Le conseil de Tiha
Prends de la betterave cuite sous vide nature, pas celle au vinaigre, sinon le houmous devient trop acide.

Conservation : 4 jours au réfrigérateur.