

# LE HOUMOUS DE YOTAM OTTOLENGHI

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/houmous-ottolenghi/>

Un houmous maison, une recette facile et authentique du chef Ottolenghi

Chef : Yotam Ottolenghi

Temps de préparation : 10 Minutes

Temps de repos : 30 Minutes

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Méditerranéenne

Plats : Hors D'œuvre,

## Ingrédients

### Pour 12 personnes

600 grammes de Pois Chiches

270 grammes de Tahini (tahiné, purée de sésame)

58 grammes de Jus de Citron pris de 1,1 Citrons

4 Gousses d'Ail

8 grammes de Sel

100 grammes d'Eau 10 Centilitres/100 Millilitres

\*En option

3 grammes de Cumin

50 grammes d'Eau 5 Centilitres/50 Millilitres

\*Déco

des Pois Chiches

du Paprika

de la Poudre de Chili

Du Zaatar (épice Libanaise)

de l'Huile d'Olive

des Feuilles de Coriandre

### Pour 9 personnes

450 grammes de Pois Chiches

202,5 grammes de Tahini (tahiné, purée de sésame)

43,5 grammes de Jus de Citron pris de 0,8 Citron

3 Gousses d'Ail

## LE HOUMOUS DE YOTAM OTTOLENGHI

6 grammes de Sel

75 grammes d'Eau 7,5 Centilitres/75 Millilitres

\*En option

2,2 grammes de Cumin

37,5 grammes d'Eau 3,75 Centilitres/37,5 Millilitres

\*Déco

des Pois Chiches

du Paprika

de la Poudre de Chili

Du Zaatar (épice Libanaise)

de l'Huile d'Olive

des Feuilles de Coriandre

### **Pour 6 personnes**

300 grammes de Pois Chiches

135 grammes de Tahini (tahiné, purée de sésame)

29 grammes de Jus de Citron pris de 0,5 Citron

2 Gousses d'Ail

4 grammes de Sel

50 grammes d'Eau 5 Centilitres/50 Millilitres

\*En option

1,5 grammes de Cumin

25 grammes d'Eau 2,5 Centilitres/25 Millilitres

\*Déco

des Pois Chiches

du Paprika

de la Poudre de Chili

Du Zaatar (épice Libanaise)

de l'Huile d'Olive

des Feuilles de Coriandre

### **Pour 3 personnes**

150 grammes de Pois Chiches

67,5 grammes de Tahini (tahiné, purée de sésame)

14,5 grammes de Jus de Citron pris de 0,2 Citron

1 Gousse d'Ail

2 grammes de Sel

25 grammes d'Eau 2,5 Centilitres/25 Millilitres

\*En option

0,7 gramme de Cumin

12,5 grammes d'Eau 1,25 Centilitre/12,5 Millilitres

\*Déco

## LE HOUMOUS DE YOTAM OTTOLENGHI

des Pois Chiches  
du Paprika  
de la Poudre de Chili  
Du Zaatar (épice Libanaise)  
de l'Huile d'Olive  
des Feuilles de Coriandre

### Instructions

1. La base du Houmous, c'est bien sur des Pois Chiches. Yotam Ottolenghi nous dit de les acheter secs et de les faire tremper une nuit puis de les cuire avec une cuillère de bicarbonate de soude. En en prenant 250 g secs au départ, on devrait en récolter 600 g après cuisson.
2. Pour aller vite, je prends des Pois Chiches en boîte : cela m'évite de les cuire. Il en faut 600 g.
3. Dans un robot à lame ('robot coupe'), broyer 600 g de Pois Chiches cuits. Le résultat est une poudre humide
4. Il nous faudra du Tahini (tahiné, purée de sésame) : C'est tout simplement de la purée de sésames, qu'on peut réaliser tout simplement en mixant des graines de sésame, mais avouez qu'on a autre chose à faire !
5. Voilà à quoi cela ressemble : une pâte assez compacte
6. Ecraser les Gousses d'Ail (4). J'utilise une microplane.
7. Ajouter aux Pois Chiches : les Tahini (tahiné, purée de sésame) (270 g), le Jus de Citron (58 g pris de 1,1 Citrons), les Gousses d'Ail (4) écrasées, le Sel (8 g) et le Cumin (3 g) (ce n'est pas dans la recette de départ mais mon choix)
8. Mixer dans le robot à lame ('robot coupe'). On obtient une pâte qui n'arrive pas à s'homogénéiser
9. Tout en laissant la lame du robot broyer, ajouter en filet l'Eau (100 g ou 10 Centilitres/100 Millilitres)
10. Puis le résultat devient de plus en plus crémeux, ce que l'on cherche !
11. J'ajoute souvent plus d'Eau à ce stade (j'en rajoute 50 g ou 5 Centilitres/50 Millilitres) pour un résultat vraiment plus crémeux : N'oubliez pas que le houmous séjourne au frais et qu'il durcit
12. Yotam Ottolenghi nous dit de réserver ce houmous au frais
13. Mais attention : le Houmous durcit plus ou moins (ça dépend de votre tahini), il faudra le ramener à température ambiante ce qui peut prendre du temps... (au moins 1 heure ou plus)

### Présentation

14. Pour la déco : verser de l'Huile d'Olive, et saupoudrer de Paprika et/ou de Poudre de Chili et/ou de Zaatar (un mélange d' épices du Liban)
15. Poser quelques Pois Chiches
16. Les couleurs sont importantes ! On peut ajouter des Feuilles de Coriandre pour la couleur verte
17. A consommer avec du pain Pita
18. La recette du pain Pita maison est ICI

# LE HOUMOUS DE YOTAM OTTOLENGHI