

Petits pois à l'indienne au Garam masala, houmous de pois chiche à l'huile d'olive, croquant de Tortilla- Verson atelier virtuel

Recette pour 2

Description

Simple, frais, efficace, idéal en tout temps, nous voulons simplement faire plaisir.

L'astuce du chef

Une recette qui donne libre choix au différents piments qui peuvent entrer dans cette recette.

Avec la Ricotta vous pouvez réaliser une belle assiette.

Des crostinis ou des Wontons sont les bienvenus en remplacement des Tortillas.

Ingrédients

Petits pois vinaigrette

- 100 Gr Petits pois
- 2 Cuil. à soupe Huile d'olive
- 1 Cuil. à soupe Vinaigre balsamique blanc
- 0.50 Cuil. à thé Tabasco
- 0.50 Cuil. à thé Garam masala
- 0.50 Unité(s) Jus de lime
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Hummus

- 0.50 Unité(s) Jus de citron
- 75 Gr Boîte de pois chiche 398 ml
- 1 Trait(s) Huile d'olive
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Finitions

- 6 Unité(s) Tortilla
- 1 Unité(s) Zeste(s) de citron
- 1 Unité(s) Oignon vert
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **20 mins**
- Temps de repos **15 mins**

Prévoir avant le Cours VIDÉO

Préparations

Ébouillantez les petits pois dans une eau salée, durant 5 à 8 minutes, gouttez pour vous assurer de la cuisson. Les plonger par la suite dans une eau glacée pour garder une belle coloration verte.

Matériels

2 Bols ou Saladiers

2 Cuillères à soupe et fourchettes

1 robot coupe ou blender (sinon fourchettes)

1 spatule plastique ou en bois

Petit pois vinaigrette

Prendre un saladier, mettre le vinaigre balsamique blanc (ou vinaigre de cidre), l'huile d'olive et mélanger au fouet.

Ensuite y ajouter le tabasco ainsi que le Garama masala (ou cumin).

Dans un autre saladier, mettre les petits pois cuits et ajoutez-y deux bonnes cuillères à soupe de la vinaigrette et mélanger, laissez infuser au frigo.

Houmous

Égouttez les pois chiches.

Dans un robot coupe, mettre les pois chiches, l'huile d'olive et le jus de citron et mélangez jusqu'à l'obtention d'une purée lisse et onctueuse. Assaisonnez de sel et poivre, mélangez encore et goûtez !

Montage finitions

Pour le dressage, prendre un plat, mettre un peu d'humus au centre tout en tournant pour y faire un puit et y déposer les petits pois en vinaigrette.

Ensuite, déposez les sifflets (ciselés de bien) d'oignons verts sur les petits pois.

Mettre à côté et autour les chips de Tortilla (3/pers).

Saupoudrez le tout d'un tour de moulin à poivre et terminez avec un filet d'huile d'olive.

Bon appétit!