



Dip de fèves

Ingrédients pour un petit pot :

- 220 g de fèves poids cuit
- 40 g de purée d'amande
- 80 g d'eau
- Le jus d'1 citron
- 1 cc de moutarde
- Sel, poivre, noix de muscade

Déposez les fèves dans un mixeur avec le reste des ingrédients. Mixez lentement. Salez, poivrez et goûtez. Rectifiez l'assaisonnement si besoin. Ajoutez une pointe de piment si vous souhaitez un résultat plus relevé.



Caviar d'aubergine

Coupez en deux deux grosses aubergines dans le sens de la longueur et faites-les cuire au four avec un peu d'huile d'olive pendant 20 à 30 minutes à 180°C.

Récoltez la pulpe des aubergines cuites et mixez avec du gros sel, du poivre, un peu de cumin si vous aimez, 2 CS de jus de citron, 2 CS de persil frais ciselé et 3 CS d'huile d'olive.

C'est prêt !