

# Houmous de lentilles corail

Recette de Laurent Di Donato, cuisinier professionnel et animateur d'ateliers de cuisine



## Ingrédients (pour 2 à 4 personnes)

100 g de lentille de corail	1 cuillère à café de pâte de sésame
1,5 cuillère à soupe d'huile d'olive	1 petite gousse d'ail écrasée
1,5 cuillère à soupe de jus de citron	1/2 cuillère à café d'huile d'olive ou d'huile de pépin de raisin
1/2 cuillère à café de sel	
1 cuillère à café de cumin	

## Mise en oeuvre

Laver les lentilles. Les mettre dans une casserole avec 300 g d'eau froide. Porter à ébullition et laisser cuire 10 à 15 min. Bien égoutter.

Dans un mixeur, mixer les lentilles avec l'huile d'olive, le jus de citron, le sel, le cumin, la pâte de sésame et l'ail écrasé. Débarrasser dans un petit récipient. Ajouter l'huile d'olive ou bien l'huile de pépin de raisin. Mélanger et vérifier l'assaisonnement. Laisser refroidir.

## Dégustation

Manger en tartinant sur du pain, ou bien, avec bâtonnet de carottes, concombre ou encore, farcir des chapeaux de champignon crus ou feuilles d'endives crues.

*Régalez-vous !*