

Houmous au cumin torréfié – Fiche recette professionnelle (8 portions)

Ingrédients	Quantité	Préparation
Pois chiches cuits	1,2 kg	Égouttés
Tahini	220 g	-
Jus de citron	120 ml	-
Huile d'olive	120 ml	-
Cumin entier	6 g	Torréfié puis moulu
Ail en poudre	8 g	-
Sel fin	16 g	-
Eau froide	QS	Pour ajuster la texture

Étapes de réalisation

1. Torrifier le cumin entier à sec (150–160°C, 3–4 min). Refroidir immédiatement puis moudre.
2. Mixer les pois chiches avec le tahini, le jus de citron, l'ail et le sel.
3. Ajouter le cumin moulu, puis l'huile d'olive.
4. Ajuster la texture avec l'eau froide.
5. Mixer jusqu'à obtention d'un houmous lisse et homogène.