



Bâtonnets de Pois Chiches avec Yaourt au Rosmarin



Préparation des bâtonnets de pois chiches

Revêtir un moule (d'env. 20 × 20 cm) de papier sulfurisé. Porter à ébullition le lait, l'huile d'olive, le beurre, le sel et la coriandre moulue dans une casserole. Incorporer la farine de pois chiches et laisser mijoter pendant quatre minutes en remuant énergiquement. Verser dans le moule et étaler sur environ 1 ½ cm d'épaisseur. Laisser refroidir, puis placer au réfrigérateur. Découper en bâtonnets épais, puis les rouler dans la semoule de blé dur. Dorer les bâtonnets dans l'huile à 170 °C, saler et servir immédiatement.

Préparation du yaourt au romarin

Extraire la chair de l'avocat puis la mixer avec les ingrédients restants jusqu'à obtention d'une crème.

Rezept für 4

Ingrédients pour les bâtonnets de pois chiches

500 ml de lait
2 cs d'huile d'olive
1 cs de beurre
1 cc de fleur de sel
1 cc de coriandre en poudre
125 g de farine de pois chiches
50 g de semoule de blé dur
Huile de friture

Ingrédients pour le yaourt au romarin

1 avocat mûr
200 g de yaourt à la grecque
1 cs de feuilles de romarin coupées fin
1 limette, zeste fin et 1 cs de jus
Sel