



Houmous de marrons

Chestnut hummus

Maronen-Hummus

Houmous de marrons

Chestnut hummus
Maronen-Hummus

Pour 4 personnes

Citron jaune	1
Gousse d'ail	1
Marrons cuits PONTHER	200g
Lait de soja	20cl
Tahin (purée de sésame)	2 càs
Curry	1/2 càc
Cumin	1/2 càc
Moutarde	1 càc
Huile d'olive	1 càs
Sel	QS

Récupérer le jus du citron. Éplucher la gousse d'ail, la couper en deux et retirer le germe. Dans un mixer, mettre tous les ingrédients puis mixer jusqu'à obtenir une texture homogène. Rectifier l'assaisonnement si besoin. Débarrasser et laisser au frais au moins une heure pour que les arômes se diffusent bien. Déguster sur des toasts de pain de campagne.

ASTUCE

Vous êtes libres sur le dosage et le type d'épices à mettre dedans. Vous pouvez aussi utiliser des huiles parfumées comme l'huile de noix ou l'huile de truffe qui se marient bien avec les marrons. Ce houmous peut également se mélanger à de la crème pour en faire une sauce pour des pâtes ou une viande par exemple.

Serves 4

Lemon	1
Garlic clove	1
PONTHER cooked chestnuts	200g
Soy milk	20cl
Tahini (sesame seed paste)	2 tbsp
Curry powder	1/2 tsp
Cumin	1/2 tsp
Mustard	1 tsp
Olive oil	1 tbsp
Salt	SQ

Juice the lemon. Peel the garlic clove, cut in half and remove the germ. Put all ingredients in a liquidizer and blend until smooth. Adjust the seasoning if necessary. Remove and leave in a cool place for at least one hour to allow the aromas to diffuse well. Enjoy on toasted French country bread.

TIP

Feel free to vary the spices and doses you put in. You can also use fragrant oils such as walnut or truffle oil, which go well with chestnuts. This hummus can also be mixed with cream to make a pasta or meat sauce, for example.

Für 4 Personen

Zitrone	1
Knoblauchzehe	1
Gekochte Maronen von PONTHER	200g
Sojamilch	20cl
Tahin (Sesampaste)	2 EL
Curry	1/2 TL
Kümmel	1/2 TL
Senf	1 TL
Olivenöl	1 EL
Salz	Nach Belieben

Die Zitrone auspressen. Die Knoblauchzehe schälen, halbieren und den Keim herausnehmen. Alle Zutaten in eine Küchenmaschine geben und zu einer glatten Masse verrühren. Nach Geschmack nachwürzen. Herausnehmen und mindestens eine Stunde lang kalt stellen, damit sich die Aromen gut entfalten können. Auf getoastetem Bauernbrot servieren.

TIPP

Bei der Auswahl und Menge der Gewürze können Sie ganz nach Geschmack entscheiden. Sie können auch aromatisierte Öle verwenden, beispielsweise eignen sich Walnussöl oder Trüffelöl besonders gut für Maronen. Dieser Hummus kann auch mit Sahne vermischt werden, um eine Sauce zuzubereiten, z. B. für Nudel- oder Fleischgerichte.