

homard, pois chiches & herbes fraîches

POUR QUI ? UN OU DEUX MANGEURS, SELON L'APPÉTIT
QUAND ? UN SOIR DE SEMAINE. PROMIS, C'EST RAPIDE.
POURQUOI ? PARCE QU'ON N'EST PAS CHICHE (VOUS
L'AVEZ ?)

UN HOMARD BRETON DE CINQ DEGRÉS OUEST
UN POT DE POIS CHICHES DE VARIÉTÉ ANCIENNE VARIÉTÉ
UN HOUMOUS DE POIS CHICHE NOIR VARIÉTÉ
VOTRE HERBE AROMATIQUE PRÉFÉRÉE
UN CÉDRAT OU UN CITRON
UN TRAIT D'HUILE D'OLIVE FRUITÉ VERT DU CHATEAU DE
PANISSE
DU BON SEL, DU BON POIVRE

décongeler le homard. pour cela, le plonger dans de l'eau tiède en conservant son emballage pendant une quinzaine de minutes.

égoutter les pois chiches, réserver dans un petit bol.

effeuiller les herbes et les tailler grossièrement, les faire rejoindre les pois chiches en gardant une petite poignée pour la cuisson du homard.

découper la chair du cédrat en dés et les ajouter dans le bol.

si vous n'avez pas trouvé de cédrat, un citron fera l'affaire : prélever son zeste et son jus et les mélanger avec les herbes aromatiques et les pois chiches.

un trait d'huile d'olive, du sel et du poivre. réserver.

dans une poêle, faire fondre une noisette de beurre avec la poignée d'herbe. quand la poêle est chaude, faire revenir le homard.

dans une assiette, déposer quelques cuillères à café de houmous, puis le mélange d'herbes, d'agrumes et de pois chiches. ajouter le homard, un dernier trait d'huile, du sel, du poivre. c'est prêt. simple comme bonjour, non ?