

Houmous et toast avocado

2 pers 15 mn

Les **ingrédients**

- Pain
- 1 boite de pois chiches
- 1 citron
- 1 avocat
- 1 gousse d'ail
- 2 c. à s. de cumin
- 2 c. à c. de coriandre
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 4 c. à c. de fromage blanc
- 1 pincée de sel

La **recette**

Etape 1
Couper le pain en tranches et l'avocat en lamelles.

Etape 2
Presser les deux citrons et émincer la gousse d'ail.

Etape 3
Mixer les pois chiches. Incorporer le fromage blanc et la moitié du jus de citron.

Etape 4
Ajouter le cumin, la coriandre, l'huile d'olive, l'ail et le sel. Mélanger jusqu'à obtention d'une pâte lisse.

Etape 5
Procéder au dressage : tartiner la tranche de pain de houmous puis ajouter les tranches d'avocat.