



CRÈME DE POIS CHICHES, FENOUIL CARAMÉLISÉ, TOMATES CONFITES ET ROMARIN

Categoria: Premier plats **Tempo di preparazione:** 25 minutes **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4

- 20g d'échalotes
- 250g de pois chiches bouillis
- 1 verre d'eau
- 50 g de fenouil
- 3 tomates cerises
- le zeste d'une demi orange
- le zeste d'un demi citron

La crème de pois chiches peut être versée dans de petits bols comme une délicieuse entrée, mais aussi se présenter comme un premier plat léger et envoûtant. Un quid pluris est donnée par le fenouil caramélisé et la saveur particulière des tomates confites. L'association avec le romarin en fait un grand classique.

Difficulté : **facile**

Prix: **bas**

Temps de préparation : **25 minutes**

Portions : **4 personnes**

Préparation

Mettez un filet d'huile dans une poêle pour faire dorer l'échalote. Ajoutez les pois chiches bouillis et égouttés de leur eau de confinement.

Ajoutez un verre d'eau chaude et faites cuire quelques minutes. Une fois refroidis, passez au tamis. Séparément, coupez finement le fenouil et faites-le saisir dans une poêle, en

assaisonnant de sel et de poivre. Mettez les tomates cerises au four à 80°. Saupoudrez d'orange et de citron râpés, et laissez sécher (cela devrait prendre entre 5 et 10 minutes).

Lorsque tous les ingrédients sont prêts, passez à la composition du plat.

Mettez la crème de pois chiches au fond de l'assiette.

Disposez le fenouil sur le côté, décorez avec les tomates cerises et les brins de romarin.
Tout un Plat ! Bon appétit !

