

Houmous aux petits pois et à la menthe

Pour 1 pot d'houmous

100g petits pois

100g de pois chiche en conserve

2 cuil à café de graines de sésame

6 cuil à soupe d'huile d'olive

12 feuilles de menthe

Faites cuire les petits pois 5 minutes dans l'eau bouillante. Egouttez et rincez les pois chiche, lavez les feuilles de menthe.

Mettez tout les ingrédients dans le bol du blender ou du mixer et mixez tout ça jusqu'à obtenir une texture pâteuse et voilà y'à plus qu'à préparer les toasts!!!