

Le houmous au chocolat une pâte à tartiner



Ingrédients pour quatre personnes

500 grammes de pois chiches

3 cuillères à soupe de poudre de cacao non sucré (disponible dans les magasins bio)

50 ml de sirop d'érable

Une demi-cuillère à thé d'extrait de vanille (facultatif)

Cannelle (facultatif)

Sel (facultatif)

Sucre en poudre pour la garniture (facultatif)

Préparation

Mélangez tous les ingrédients (hormis le sucre en poudre) à l'aide

un mixeur jusqu'à l'obtention d'une pâte. Ajoutez éventuellement le sel ou la cannelle selon votre goût. Si l'ensemble devient trop épais, ajoutez un peu d'eau.

Accompagné de crackers ou de fraises.