



Boulettes de pois chiches et de pignons



Ingrédients

Plat principal
Pour 6 personnes

- 500 g** de pois chiches séchés
- 300 g** d'oignons
- 200 g** de pignons
- 4** gousses d'ail
- 3 bouquets** d'herbes aromatiques, p. ex. persil, cerfeuil, coriandre
- 1 cs** de cumin
- 1 cs** de paprika
- 15 g** de sel
- 1 cs** de sumac (épice moulue), en vente dans les épiceries fines
- 1 cs** de fécule de maïs
- 2 cs** de farine
- ½ cc** de poudre à lever
- ½** citron vert
- 200 g** de crème fraîche
- sel**
- poivre**
- 5 g** de cresson

À vos tabliers!

Préparation: env. 40 minutes

Trempage durant la nuit

Repos

Total: 17 h 40 min

1

Faire tremper les pois chiches dans de l'eau froide durant toute une nuit. Les égoutter puis, à l'aide d'un robot ménager, les réduire grossièrement en purée avec les oignons et les pignons; procéder par portions. Mettre la masse dans une jatte et presser l'ail par-dessus. Hacher les herbes et les incorporer. Broyer le cumin dans un mortier. L'ajouter à la masse avec le paprika, le sel, le sumac, la fécule de maïs, la farine et la poudre à lever. Pétrir le tout et laisser reposer la pâte quelques heures.

2

Former des boulettes de la taille d'une noix. Les faire dorer par portions dans une friteuse à 170 °C durant env. 6 min. Râper le zeste du citron vert et le mélanger à la crème fraîche. Ajouter un peu du jus du citron vert. Relever de sel et de poivre. Parsemer de cresson et servir avec les boulettes de pois chiches.

Recettes: Daniel Tinembart

Source: <https://migusto.migros.ch/fr/recettes/boulettes-de-pois-chiches-et-de-pignons>