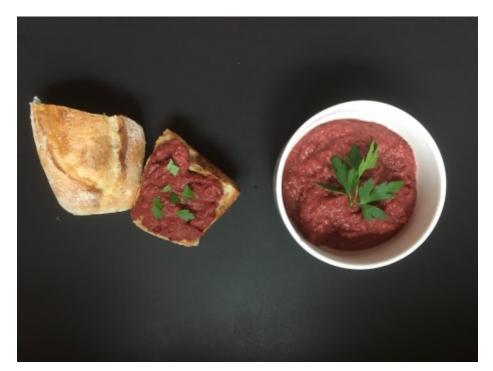
## Le houmous de betterave bio

## Les ingrédients pour 2

100 grs de betteraves cuites 1 gousse d'ail 25 grs de pois chiches cuits 3 cs d'huile d'olive le jus d'1/2 citron Sel poivre 1 cc de cumin

Préparation10 mins . Difficulté 1





Une seule chose à faire

On mélange le tout et on mixe . On ajuste l'assaisonnement et on sert .

Plus simple, c'est difficile .