



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer  
derrière les fourneaux

## Purée de haricots blancs au muhammara d'inspiration Ottolenghi

 Pour 2 personnes

 Très facile

 45 min

**3.81€** La portion (prix indicatif)



Un mezze original : direction le Moyen-Orient avec cette purée de haricots blancs au muhammara de Yotam Ottolenghi, un grand classique de la cuisine levantine.

Facultatif : 1 pincée de piment concassé comme du Piment d'Urfa ou du Piment Chipotle

### Les ingrédients

- **2 pièce** de Poivron toute couleur
- **3 gousse** de Ail
- **0.25 c à c** de Paprika fumé
- **2 c à c** de Mélasse de grenade
- **25 g** de Cerneaux de noix
- **0.5 c à c** de Cumin moulu
- **1 pièce** de Citron jaune
- **100 ml** de Huile d'olive
- **3 brin** de Thym frais ou en branche
- **250 g** de Haricot blanc cuit en conserve pour recette

### Étapes de préparation



**Préparation : 20 min**



**Cuisson : 25 min**



**Attente : 0 min**

- 1 Préchauffez votre four en chaleur tournante à 220°C.
- 2 Rincez 2 poivrons rouges. Coupez-les en 4 et épépinez-les. Arrosez d'huile d'olive et mélangez.  
Placez les morceaux sur une plaque de cuisson, peau vers le haut.  
Enfournez quand le four est chaud, 15 minutes.

- 3 Après 15 minutes, ajoutez sur la plaque 2 grosses gousses d'ail épluchées mais gardées entières. Arrosez-les d'huile. Continuez la cuisson 10 minutes (poivrons grillés et confits, ail doré).
- 4 Pendant ce temps, préparez la purée de haricots blancs.  
Égouttez et rincez 1 conserve d'haricots blancs pour en avoir 250 g. Laissez égoutter.
- 5 Chauffez 100 ml d'huile d'olive dans une casserole à feu doux.  
Ajoutez 1 gousse d'ail et 3 brins de thym. Faites frire 2 à 3 minutes jusqu'à ce que l'ail soit caramélisé.  
Mettez de côté le thym frit et 1 càs d'huile.
- 6 Mixez la moitié de l'huile avec (facultatif) l'ail frit, les haricots blancs et ¼ de càc de sel pour obtenir une purée bien lisse. Ajoutez plus d'huile si besoin pour faciliter le mixage.  
Mettez de côté au frais en attendant.
- 7 Sortez les poivrons et ail du four. Baissez la température à 160°C.  
Mettez les poivrons et ail dans un récipient et filmez-le.  
Sur la même plaque de cuisson, mettez 25 g (≈ 1 petite poignée) de cerneaux de noix s'ils ne sont pas torréfiés. Faites-les dorer 5 minutes environ dans le four.
- 8 Après 5 minutes, enlevez la peau des poivrons. Mettez la chair dans un mixeur avec les gousses d'ail, le jus rendu (dans le bol), l'équivalent d'1 càc de feuilles de thym prélevées sur 3 ou 4 brins, ¼ de càc de paprika fumé, ½ càc de cumin moulu, 2 càc de mélasse de grenade, 1 càc de jus de citron, les noix torréfiées et ¼ de càc de sel.  
Mixez jusqu'à obtenir une sauce épaisse avec quelques morceaux. Mettez au frais jusqu'à passer à table.
- 9 Au moment de servir, goûtez les deux préparations et rectifiez en sel si besoin.  
Étalez la purée d'haricots blancs dans un plat large ou des assiettes creuses. Ajoutez dessus le muhammara.  
Déposez dessus les branches de thym frites. Nappez avec l'huile aromatisée mise de côté et quelques noix hachées s'il vous en reste.  
À manger comme un dip avec du pain grillé ou des pitas, ou bien en accompagnement d'une viande grillée.