



Collations

Plateau du Moyen-Orient

Pour 4 personnes.

Ingrédients

Petite salade colorée

2 cuillères à soupe pommes-grenade (graines)
1/4 oignon rouge (finement ciselé)
1 citron vert (le jus et le zeste)
1/2 concombre (en dés)
1 tomate (en dés)
1 cuillère à café za'ater
1 poignée de menthe
1 poignée de persil
poivre
sel

Frites d'Halloumi

250 grammes halloumi (en frites)
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à soupe de farine
pincer poudre de paprika
pincer sel

Haricots edamame aux oignons Bicky

1 cuillère à café de graines de sésame (noir)
2 cuillères à soupe oignons (bicky)
1 cuillère à soupe d'huile de sésame
1 paquet edamame

Pain plat aux aubergines

1 cuillère à soupe pomme-grenade (graines)
1/4 oignon rouge (finement ciselé)
1 aubergine
1 pains naan
50 grammes de feta
1 poignée de menthe
huile d'olive
poivre
sel

Pâte de betterave rouge et fromage de chèvre

1 spread (betterave rouge et fromage de chèvre)
1 cuillère à soupe de pistache (hachées)
1 poignée de persil (finement haché)
1/2 citron (zeste)
1 pincer sumac

Dal de lentilles

1 spread (dal de lentilles)
1 cuillère à soupe pomme-grenade (graines)
8 noix (hachées grossièrement)
1/2 citron vert (le zeste)

Dip de mascarpone et feta

1 spread (fip de mascarpone et feta)
1 cuillère à soupe de poignée de pin (rôtis,)
1/6 oignon rouge (finement ciselé)
1/2 concombre
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à café za'ater

Houmous

1 spread (houmous)
1 cuillère à soupe de graines de sésame (blanches,)
1 cuillère à café ras-el-hanout
50 grammes pois chiches
1 cuillère à soupe d'huile de sésame
1 poignée de menthe

Surprenez vos invités avec le plateau du Moyen-Orient. Ce plateau coloré contient une large palette de saveurs. Découvrez les délicieuses frites halloumi, les haricots edamame, l'houmous, les lentilles,... Prêt pour une belle expérience gustative?

Méthode de préparation

PETITE SALADE COLORÉE

Coupez finement un peu de menthe et de persil puis mélangez-y un peu de dés de concombre et de tomates, d'oignon rouge finement ciselé, de graines de grenade, le jus et le zeste

FRITES D'HALLOUMI

Coupez d'halloumi en frites. Mélangez un cuillère à soupe de farine avec une pincée de zaatar et une pincée de paprika en poudre puis trempez-y les frites halloumi une à la fois. Faites chauffer d'huile d'olive dans une poêle antiadhésive et rôtissez les frites bien dorées de tous les côtés.

HARICOTS EDAMAME AUX OIGNONS BICKY

Portez une casserole d'eau à ébullition, éteignez le feu et versez le contenu d'un sachet de haricots edamame dans l'eau. Transvasez les haricots dans un petit plat et terminez par d'oignons bicky, de sésame noir et d'huile de sésame.

PAIN PLAT AUX AUBERGINES

Coupez l'aubergine en deux et aspergez les parties à vif avec un peu d'huile d'olive. Salez et poivrez puis incisez l'aubergine. Glissez quelques tranches d'ail dans les incisions et enveloppez l'aubergine dans du papier argenté. Enfourez à 180 °C pendant 50 minutes.

Coupez le pain naan en lamelles que vous enfourez les 10 dernières minutes avec l'aubergine.

Sortez l'aubergine du four et retirez-en la chair à l'aide d'une cuillère. Mettez la chair avec l'ail dans un mixeur puis salez et poivrez. Mixez fortement quelques fois.

Répartissez le mélange d'origine sur les lamelles de pain naan, émiettez par-dessus de feta et parachevez avec un peu de menthe, d'oignon rouge finement ciselé et de graines de grenade.

PÂTE DE BETTERAVE ROUGE ET FROMAGE DE CHÈVRE

Versez le mélange de betterave rouge et fromage de chèvre dans un beau petit plat et parachevez avec de pistaches hachées, une pincée de sumac, un peu de persil finement haché et le zeste d'un demi-citron.

DAL DE LENTILLES

Mettez le dal de lentilles dans un joli petit plat et terminez avec de graines de grenade, les noix hachées grossièrement et le zeste d'un citron vert.

DIP DE MASCARPONE ET FETA

Versez le dip de mascarpone dans un beau petit plat. Au milieu du dip faites une rangée de roulades de concombre et autour des roulades terminez par de pignons de pin rôtis, d'huile d'olive, de zaatar et d'oignon rouge finement ciselé.

HOUMOUS

Mélangez de pois chiches avec de ras el hanout puis enfournez durant 20 minutes à 180 °C. Transvasez l'houmous dans un beau petit plat et terminez avec les pois chiches croustillants, de graines de sésame blanches, d'huile de sésame et de la menthe fraîche.

