

POIS CHICHES GRILLÉS À L'AIL DES OURS ET AU PAPRIKA



Ingrédients pour 1 bol

Ingrédient	Quantité
pois chiches	1 bocal
Paprika	1 c. à c.
Ail des ours en poudre	1 c. à c.
Huile d'olive	1 c. à s.
sel	1 pincée

Préparation

1. Égouttez les pois chiches, rincez-les et déposez-les sur du papier absorbant ou sur un chiffon. Frottez à l'aide d'un autre chiffon ou d'un autre papier absorbant, cela vous permettra d'enlever facilement les peaux des pois chiches en plus de les sécher.

2. Mettez les pois chiches pelées dans une assiette, ajoutez l'huile d'olive, le sel, le paprika, l'ail des ours et mélangez.

3. Renversez cela sur une plaque de cuisson non adhésive (sur une seule couche) et faites cuire 40 minutes dans un four préchauffé à 190°C, chaleur tournante. Terminez par 5 minutes sous le grill. Si les pois chiches ne sont pas croquants, poursuivez la cuisson.
