Purée de fèves vertes au citron confit

Cuisine du monde / apéritif

Par Qookster

Détail de la recette



Difficulté	Couverts	Prix	Préparation	Cuisson
Facile	4	$	10min	20min

Salut! Je te propose ici une petite recette d'apéro ou d'entrée toute simple façon mezzè avec cette purée de fèves vertes au citron confit. En apéro, je la propose simplement avec du pain libanais ou des crackers, en entrée, j'aime bien la proposer en accompagnement des petits falafels ou galettes de courgettes par exemple. Comme les fèves sont un peu fastidieuses à préparer, je cuisine la plupart du temps cette recette avec des fèves surgelées déjà écossées et pelées, comme ça, il ne me reste plus qu'à les blanchir avant de les mixer avec le reste des ingrédients.

Liste des ingrédients

Pour la purée

300 g de fèves préparées (soit 1kg entières)

1 oignon frais

1 dl d'eau

2 gousses d'ail

1/2 cc de graines de cumin

8 cl d'huile d'olive

2 cs de jus de citron

1/2 cc de sel

Sel et poivre

Pour la garniture

1/2 citron confit

1/2 bouquet de persil plat

4 branches d'aneth

2 branches de menthe

1/2 cc de piment en flocon

Huile d'olive

Étapes de préparation

1

Porte un grand volume d'eau salée à ébullition et fais-y blanchir les fèves 2-3 minutes. Égoutte-les.



2

Hache finement l'oignon frais, fais-le sauter dans une poêle avec un peu d'huile d'olive et les fèves puis ajoute l'eau et laisse cuire à feu doux jusqu'à ce que les fèves soient bien tendres, soit environ 8-10 minutes. Sors du feu et laisse refroidir.



3

Écrase les gousses d’ail avec le sel et le cumin au mortier. Place les fèves, avec l’ail écrasé, le jus de citron et l’huile d’olive dans un mixeur et mixe plus ou moins finement en fonction de si tu préfères une purée très lisse ou avec des morceaux. Rectifie l’assaisonnement à ta convenance.



4

Dresse dans un plat de service et ajoute le zeste du citron confit en fines lamelles, les herbes ciselées, le piment et un filet d’huile d’olive, sers bien frais et régale-toi Bon app’

