Jesse Schenker

Tartines et sandwichs

Baguette, houmous aux haricots blancs, oeuf et pecorino

25 min	20 min	5 min	0	601
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation du houmous

1. Verser les haricots blancs dans un blender. Ajouter la purée de sésame, le piment de cayenne et le sel.
2. Râper le zeste du citron directement dans le blender. Ensuite couper le citron en deux et presser son jus dans le blender, au travers des doigts pour retenir les pépins.
3. Ecraser une gousse d'ail avec la lame du couteau éminceur. Retirer sa peau puis l'ajouter dans le blender.
4. Ajouter le persil plat. Mettre le couvercle, sans le petit bouchon. Verser un peu d'huile au centre puis mettre en route le robot par à-coups.
5. Verser progressivement le reste d'huile tout en mixant.
6. Une fois le mélange bien lisse, le débarrasser dans un bol.
7. Couper les extrémités de la baguette, puis couper des tronçons de la taille d'un sandwich. Les couper dans la longueur, sans aller jusqu'au bout, juste pour les ouvrir.
8. Faire chauffer un gril sur feu vif pour y faire griller les tranches de pain.
9. Faire chauffer une autre poêle sur feu vif. Verser l'huile

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le houmous

- 400 g **Haricot(s) blanc(s) en conserve**
- 3 c. à soupe **Huile d'olive**
- 1 c. à soupe **Tahiné**
- 6 branche(s) **Persil plat**
- 0.5 **Gousse(s) d'ail**
- 1 **Citron(s)**
- 1 **Piment de Cayenne**

Ingrédients pour le sandwich

- 1 **Baguette(s) de pain**
- 4 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**
- 80 g **Roquette**
- 80 g **Pecorino**
- 50 ml **Huile d'olive**
- 1 **Fleur de sel**

et laisser chauffer. Puis casser l'oeuf entier dans la poêle, le laisser frire.

10 Arroser le jaune d'oeuf avec l'huile d'olive chaude de la poêle.

11 Quand l'oeuf commence à prendre, éteindre le feu et continuer à arroser le jaune avec l'huile.

12 Une fois l'oeuf cuit, verser l'excédent d'huile dans un bol. Laisser l'oeuf refroidir dans la poêle.

13 Poser le morceau de pain ouvert côté mie sur le gril, le laisser dorer jusqu'à obtenir les traces du gril.

Étape 2

Dressage

1 Tartiner le morceau de pain ouvert de houmous.

2 Poser dessus l'oeuf frit.

3 Râper du Pecorino dessus.

4 Déposer une belle quantité de roquette.

5 Saler. Déguster.