

Pita et falafel de légumes, sauce caesar aux herbes



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
PM	Ail lyophilisé en cube en boîte 280 g DUCROS	0170486
PM	Basilic feuille en boîte 145 g DUCROS	0001714
20 grammes	Echalote lyophilisée en cube en boîte 155 g	0170861
100 grammes	Farine de blé de type 55 en sac 1 kg COLOMBES	0133072
PM	Fenouil en graines en boîte 260 g LA CASE AUX EPICES	0044165
5 pièces	Feuille de laitue	~
15 centilitres	Huile de pépins de raisin en bouteille 1 L HUILERIE GID	0023412
1	Jaune d'œuf	~
10 centilitres	Jus de citron en bouteille 1 L CITRONA	0022625
6 pièces	Pain pita	~
PM	Persil déshydraté en boîte 70 g DUCROS	0170864
65 grammes	Pistache émondée en sachet 1 kg LA PULPE	0089511
1	Pois chiches en boîte 4/4 EPISAVEURS	0087231
150 grammes	Yaourt Grec	~

Étapes de préparation

- 1 Préchauffer le four à 180°.
- 2 Dans un robot, mixer les pistaches avec l'échalote, l'ail, les pois chiches, le persil, le cumin, le fenouil, l'huile, les jaunes d'œuf et la farine.

- 3 Mélanger jusqu'à obtenir une pâte.
- 4 Prélever environ deux cuillères à soupe de pâte. Formez des boules, puis disposez-les sur une plaque à pâtisserie.
- 5 Enfourner 20 minutes. Retournez les à mi-cuisson.
- 6 Mélanger le yaourt avec les jus de citron, l'ail le sel et le poivre.
- 7 Vérifier l'assaisonnement.
- 8 Garnir les demi-pitas avec une feuille de laitue, les falafels et la sauce au yaourt.

Le bon accord vin

Pour accompagner votre recette, nous vous proposons un Côtes du Rhône rouge AOP en bouteille 75 cl LOUIS JOUBIER