

FICHE DE RECETTE

Pois-chiches croustillants épicés

Type de recette	Snack sain
Nombre de portions	100
Temps de préparation	
Temps de cuisson	
Temps de refroidissement	
Coût matières total (HT) :	
Coefficient multiplicateur :	
Prix / Portion (HT) :	

INGRÉDIENTS



IFCIE DERECEMTE

Pois-chiches croustillants épicés

DESCRIPTION DE LA RECETTE

- 1 . Préchauffer le four à 200 °C
 2. Bien égoutter et sécher les pois-chiches cuits
 3. Mélanger les épices dans un grand contenant

4. Ajouter les pois chiches bien asséchés, l'huile et la moutarde
5. Mélanger à nouveau et répartir sur une plaque tapissée de papier cuisson
6. Cuire au four 50 minutes en remuant régulièrement, toutes les 10 minutes, ou jusqu'à ce que les pois chiches soient dorés et qu'ils aient éclaté.
7. Laisser refroidir complètement sur la plaque et servir



1

