

Crème de pois à la marjolaine

Une chouette découverte cette recette.
Très rapide à réaliser, et nécessitant peu d'ingrédients, voici une recette à adopter pour les **quotidiens effrénés**.
Elle accompagne parfaitement une assiette de ratatouille...
...un peu de pain bio au levain (maison ou non), et voici une idée de diner équilibré & santé !

J'ai trouvé cette recette dans le livre [Céréales & légumineuses](#).

Ingrédients : (pour 1 personne)

- 40 g de flocons de pois cassés
- 180 ml d'eau
- 1/2 cac de marjolaine séchée
- 1 cas d'huile d'olive
- 1 cac de graines de pavot

Préparation :

1. Dans un faitout, versez l'eau, les flocons de pois cassés & la marjolaine. Faites cuire à feu doux & à couvert durant environ 10 minutes.
2. Lorsqu'ils sont cuits, versez les dans un blender avec l'huile d'olive. Mixez.
3. Versez dans une assiette creuse, et saupoudrez de graines de pavot.

Cette crème a une texture douce & très **crémeuse**.

Elle a un goût doux & discret. La marjolaine accompagne bien cette recette pour l'été. En hiver, vous pourrez la réaliser avec un épice un peu plus « chaude ».

