



DES NOIX DE CAJOU POUR L'APÉRO

C'est presque le week-end, le moment où l'on a un peu plus de temps pour préparer des petites choses à grignoter qui sortent de l'ordinaire. Si tu ne fais pas attention, tu tombes vite dans les traditionnels chips et autres grignotages peu recommandables ! Pour cette recette de noix de cajou, tu as deux versions : la version longue et la courte, en fonction de ton équipement. Mais dans les deux cas, on se régale !

Les ingrédients :

250 gr de noix de cajou

4 c à s de graines de sésame

La sauce au sésame :

2 c à s de tahin (la purée de sésame)

1/2 c à c de cumin

1/2 c à c de poudre de cardamome (ou 3 gousses de cardamome que tu mixes)

1/2 c à c de paprika

une pincée de fleur de sel

le jus d'1/2 citron

1 c à s de sirop d'érable

Tu mixes ensemble les ingrédients de la sauce au sésame. Si le blender patauge, ajoute de l'eau (j'ai utilisé 1/2 verre d'eau, mais ça dépend des ingrédients). Tu mélanges ensuite la sauce obtenue avec les graines de sésame. Tu places les noix de cajou sur une plaque du four ou du déshydrateur et tu étales la sauce en mélangeant bien pour qu'elle soit répartie de manière homogène. Tu fais cuire 2 heures au four à 95° ou 12 heures au déshydrateur.

Parfait pour un apéro qui change.