



# Tartinade Epinards & Pois Chiches

Recette Visuelle par DAREBEE

© [darebee.fr](https://darebee.fr)

1 boîte - 240g de pois chiches cuits  
60g d'épinards surgelés  
½ tasse - 100ml d'eau

AMÉLIORER : Ajoutez 1 cuillère à soupe  
d'aneth séché.

2 PORTIONS



## INSTRUCTIONS

1. Combinez tous les ingrédients dans un mixeur.
2. Assaisonnez et mixez jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Transférez dans un bol.