



Retrouvez toutes les recettes sur  
[www.plancha-eno.com](http://www.plancha-eno.com)

# Gigot d'agneau à la harissa et au houmous - Dorian Nieto

Pour 4 personnes  
Préparation : 10 minutes  
Cuisson : 5 minutes

## INGRÉDIENTS

4 tranches de gigot  
400 g de houmous  
265 g de pois chiches cuits au naturel (poids égoutté)  
1 pot de yaourt à la grecque  
1,5 c. à café de harissa  
2 c. à soupe d'huile d'olive  
2 tiges de menthe effeuillées  
2 tiges de thym effeuillées  
4 c. à soupe de graines de grenade

## PRÉPARATION

1. Dans un petit bol, mélangez l'huile et ½ cuillère à café de harissa.
2. Badigeonnez-en les tranches de gigot et laissez mariner deux heures au réfrigérateur.
3. Mélangez dans un bol le yaourt et la harissa restante.
4. Chauffez votre plancha à feu assez vif et faites dorer les tranches de gigot de chaque côté.
5. Retirez les tranches de gigot et faites revenir rapidement les pois chiches à la plancha.
6. Répartissez le houmous dans les assiettes. Coupez la viande en tranches et ajoutez-la dans les assiettes. Parsemez les pois chiches, les graines de grenade et les herbes.
7. Servez avec la sauce au yaourt et à la harissa.