

# Fatteh

El fatteh es un plato levantino compuesto por trozos de pan mezclados con un preparado de yogur, menta, aceite de oliva y garbanzos.



Prep.  
30 min

Cocinar  
10 min

Total  
40 min

Plato: Desayuno, Plato principal    Cocina: Levantino, Libanés, Vegetariano

Raciones: 6 personas    Autor: Hands Doing Things

Enregistrar

## Ingredientes

- 2 panes planos libaneses grandes
- 8 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 250 g de garbanzos enlatados
- 750 g de yogur griego natural
- ½ limón , recién exprimido
- 2 dientes de ajo , machacados
- 3 cucharadas de salsa tahini
- 3 cucharadas de piñones
- 10 hojas de menta fresca
- 1 cucharadita de sal
- Pimienta molida (o chile en polvo)

## Equipo

- Espumadera

## Instrucciones

1. Picar la mitad de las hojas de menta fresca y picar finamente la otra mitad.
2. Cortar el pan en trozos del tamaño de un bocado con unas tijeras.
3. Calentar 6 cucharadas de aceite de oliva en una sartén a fuego medio y freír los trozos de pan hasta que estén dorados y crujientes, removiendo con mucha frecuencia.
4. Utilizar una espumadera para sacarlos del aceite y escurrirlos en papel absorbente. Reservar.
5. Tostar los piñones en una sartén antiadherente pesada hasta que estén ligeramente dorados. Reservar.
6. En una cacerola, calentar los garbanzos con su agua, añadiendo agua hirviendo si es necesario para que queden completamente sumergidos y cocinarlos durante unos 5 minutos.
7. En un bol grande, añadir el ajo machacado con la sal.
8. Añadir el yogur, la menta picada, el zumo de limón y el tahini, y mezclar.
9. Escurrir los garbanzos con una espumadera y añadirlos al bol.
10. Mezclar bien, probar y, si es necesario, añadir jugo de limón y sal u, opcionalmente, añadir unas cucharadas de agua para aflojar la salsa.

### **Montaje**

1. En una fuente grande o en platos individuales, colocar los trozos de pan frito.
2. Distribuir el contenido de la fuente.
3. Rociar con las 2 cucharadas restantes de aceite de oliva.
4. Espolvorear los piñones y la menta picada. Servir inmediatamente.