

Verrine au crabe et à l'avocat



Des **petites verrines de la mer**, classiques, goûteuses et toute simple à réaliser.

Encore une fois, je vous propose de préparer l'**écrasé d'avocat** au mortier, j'espère que vous trouverez la texture bien plus agréable et plus savoureuse, moins élastique.

N'habitant pas au bord de la mer, j'utilise du **corail d'oursin** pasteurisé (ne criez pas tout de suite) sauf si au marché, je trouve des oursins, tous beaux, tous frais, mais c'est assez rare. Vous en trouverez au Lafayette gourmande ou au Bon marché. Tout comme le **caviar de hareng**, bien moins cher que son cousin, très iodé, idéal avec un oeuf poché ou en déco de vos préparations à base de poissons ou crustacés.

Le petite touche final est apporté par la **crème fraîche vanillée** que vous pouvez remplacer, pour les plus téméraires sans jamais le dire à vos invités par un yaourt à la vanille de La Laitière (pot en verre).

La **vanille** rehausse le goût de toute la verrine et apporte cette touche d'exotisme sans jamais gâcher ou masquer les autres saveurs.

Pour 6 verrines

200g de crabe (1 boîte de crabe)
60 g de corail d'oursin (2 oursins)
1 cs de mayonnaise
1 avocat
1/2 oignon
Piment d'Espelette
Crème épaisse
Vanille
Caviar de hareng
Fleur de sel
Citron vert

Coupez la **gousse de vanille** en 2, fendez en deux la vanille qu'une seule moitié et récupérez les grains avec la lame du couteau. Mélangez et laissez macérer avec la **crème épaisse**. Il est plus agréable d'utiliser pour cette recette de la crème épaisse plutôt que de monter une chantilly. Vous pouvez utiliser de l'extrait de vanille ou de la vanille en poudre.

Epluchez et ciselez fin votre demi **oignon**. Epluchez l'**avocat**. Dans le mortier, ajoutez l'oignon et une pincée de sel, écrasez-le bien au pilon avant d'ajouter l'avocat. Assaisonnez à la **fleur de sel** et au piment d'Espelette mais goûtez au fur et à mesure. Vous pouvez ajouter une pointe de **citron vert** mais attention sans exagération.

Pensez à enlever tous les cartilages du crabe et mélangez la **chair du crabe** au **corail d'oursin** et à la **mayonnaise**. Si vous la préparez maison, ne la faite pas à l'huile d'olive mais au colza ou toutes autres huiles neutres.

Il ne vous reste plus qu'à faire le montage de vos verrines. Au dernier moment, vous ajouterez la **crème épaisse vanillée** et la pointe de **caviar de hareng**.

Le caviar de hareng peut être remplacée par des **oeufs de truite** ou de saumon ou même un peu d'**aneth** ciselé.

Si vous n'avez pas peur de la junk food, laissez vous tenter par le yaourt à la vanille.

Servez vos verrines bien fraîches et régalez-vous.

N'hésitez pas à plonger la cuiller jusqu'au fond de la verrine pour avoir toutes les saveurs en une seule bouchée.