



Verrine de crème d'avocat au saumon mariné



Ingrédients :

3 avocats – 1 yaourt nature – 4 citrons verts – 1 pavé de saumon – gros sel – baies roses - poivre – tabasco – sésame grillé

1. Crème d'avocat

- Passer au mixeur les avocats pelés et dénoyautés, le yaourt nature et le jus des 3 citrons verts. Saler, poivrer et assaisonner d'une goutte de tabasco. Réserver au réfrigérateur.

2. Saumon mariné

- Déposer le filet de saumon sur un lit de sel dans une assiette. Recouvrir du reste de sel, couvrir de papier film et réserver au réfrigérateur pendant 3 à 4 heures.
- Enlever le filet de saumon du sel, le rincer sous un filet d'eau froide, l'essuyer et le couper en petits dés.
- Dans un ramequin, mélanger les dés de saumon avec le jus du dernier citron vert, quelques baies roses et un peu de poivre.

3. Assemblage

- Déposer un peu de crème d'avocat dans des cuillères apéritif ou dans des verrines. Répartir les dés de saumon mariné, et ensuite quelques grains de sésame. Servir sans attendre.

Audrey Bourdin

Mail : piaugeard.audrey@wanadoo.fr - Blog : <http://audreycuisine.canalblog.com>