

Ingrédients

4 petits avocats
Jus de lime
1 pincée de sel
250ml (250g ou ½ tasse) de fromage cottage
250ml (150g ou 1 tasse) de bleuets sauvages (frais ou surgelés)
5ml (1 c. à thé) de miel
1 pincée de poivre rouge
375 ml (50g) de germes de luzerne

Temps de préparation : 20 maximum

Temps de cuisson : aucun

Nombre de portion : 4

Préparation

Couper les avocats en deux, peler et enlever les noyaux.

Trancher-les finement et les placer sur une assiette. Arroser de jus de lime et saler.

Mélanger le fromage cottage aux bleuets sauvages (sans le jus) et au miel.

Ajouter le poivre rouge au goût.

Placer les tranches d'avocat et décorer avec les germes de luzerne.



Carpaccio d'avocat aux
bleuets sauvages

VALMONT

Depuis 1958