

VERRINE DE CREVETTES ET CRABE AU GUACAMOLE



Exemple de menu:

Verrine de crevettes et crabe au guacamole

Pintade rôtie

Farandole de légumes

Poire pochée aux épices

Temps de préparation/cuisson : 40 mn

Ustensiles à prévoir :

Difficultés:



Coût:



1 planche à découper, 1 couteau,
1 mixer, 4 verrines

- ✧ 2 avocats
- ✧ 1 gousse d'ail
- ✧ 1 citron vert
- ✧ 1 citron jaune
- ✧ 12 grosses crevettes roses
- ✧ 1 boîte de crabe
- ✧ 4 c. à café de cr. fraîche à 15% de MG
- ✧ Tabasco ou épices à guacamole
- ✧ 4 tomates confites
- ✧ Cerfeuil
- ✧ Baies roses, Sel et poivre

Ingrédients pour 4 personnes

Préparation

Couper les avocats en deux, retirer le noyau et la peau. Emincer l'ail. Puis mixer les avocats avec l'ail.

Ajouter ensuite le jus du citron vert et un peu de Tabasco (à votre convenance). Saler, poivrer et mélanger.

Décortiquer les crevettes.

Egoutter le crabe et retirer les cartilages. Arroser la chair de jus de citron.

Couper les tomates confites en lanières.

Dans les verrines, déposer le guacamole puis le crabe et les crevettes.

Ajouter une cuillère à café de crème sur chacune des verrines, ainsi que quelques baies roses et du cerfeuil.

Terminer par les tomates confites.