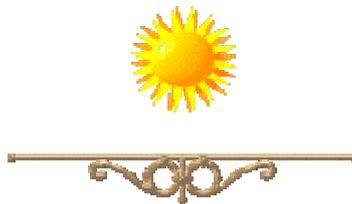


Fiche recette 194

Avocats à la Brésilienne.

(Plat végétarien). Préparation : 15minutes - Pas de cuisson
(D'après une idée de Rika Zarai)



Ingrédients pour 4 personnes.

4 avocats mûrs, un demi jus de citron, 60 g de sucre en poudre, 1 cuiller à soupe d'eau de fleurs d'oranger, 1 pincée de muscade, 1 pincée de cannelle, 1 pincée de cardamome. Ajouter éventuellement et selon goût, 1 pincée de girofle, 1 pincée d'anis vert ou une fleur d'anis étoilé, 1 petite pincée de poivre blanc.

Réalisation.

Couper les avocats en deux et mettre la chair dans un mixer avec le jus de citron, le sucre, l'eau de fleurs d'oranger et les aromates. Mixer soigneusement pour obtenir une purée fine. Répartir la préparation dans de grandes coupes ou des petites assiettes, et décorer avec une fraise, une pincée de pollen ou un trait de crème fraîche. On peut utiliser des gâteaux secs, genre cigarettes russes, pour apporter un peu de croquant. Servir frais.