



Les plats principaux

Bombe d'avocat avec salade estivale

Pour 4 personnes.

Ingrédients

100 grammes de mozzarella (râpée)
200 grammes de lard petit déjeuner
4 tomates cerise (coupées fin)
1 échalote (ciselée)
2 avocats
2 cuillères à soupe de basilic (haché fin + des feuilles pour décorer)
1 piment (cisé finement)
huile d'olive
poivre
sel

Pour la salade

200 grammes d'haricots princesse (bien lavés, en morceaux de 3 cm)
150 grammes betteraves rouges précuites (en rondelles)
250 grammes de pointes d'asperges vertes
2 cuillères à soupe de jus de citron
1 cuillère à café de moutarde
1 cuillère à café de miel
1 bouquet de cresson
1 botte de radis
1 oignon rouge

Méthode de préparation

Coupez les avocats dans le sens de la longueur, enlevez prudemment la peau et le noyau. Salez et poivrez les côtés extérieurs.

Mélangez le piment avec l'échalote, les tomates cerises, le basilic et les pignons de pin. Ajoutez un filet d'huile d'olive puis salez et poivrez. Remplissez 2 demi-avocats. Saupoudrez avec la mozzarella et fermez avec les autres demi-avocats. Enveloppez les avocats dans le lard petit déjeuner. Maintenez-les fermés avec des cure-dents. Déposez-les 20 minutes sur le barbecue en chaleur indirecte. Retournez-les régulièrement.

Blanchissez les haricots 3 minutes dans de l'eau légèrement salée. Égouttez-les et rincez-les à l'eau froide. Badigeonnez les asperges d'huile d'olive, salez et poivrez puis grillez-les à point sur le barbecue. Mélangez la moutarde, le miel et le jus de citron. Ajoutez lentement un peu d'huile d'olive et en mélangeant faites une belle vinaigrette. Salez et poivrez.

Mélangez les haricots, les radis, l'oignon rouge, la betterave rouge et la vinaigrette. Répartissez le cresson et les asperges grillées sur un plat. Versez dessus la salade. Coupez les avocats dans la largeur puis disposez-les joliment sur la salade. Décorez d'un peu de basilic puis servez immédiatement.

Ustensiles de cuisine

Barbecue

Bois à brochette

