



Avocado toast

Temps de préparation : 40 minutes

Niveau : facile

Ingrédients pour 4 personnes :

500 g de Crevettes d'Équateur ASC Escal
4 belles tranches de pain de campagne ou complet
1 barquette de fromage frais 200 g (Exquisa ou autre)
2 avocats
1 betterave Chiogga
1 oignon rouge
1 botte de ciboulette 50 g
Fleur de Sel, poivre du moulin, graines de sésame
rôties



Préparation :

1. Décongeler, égoutter les crevettes et réserver au frais.
2. Eplucher les avocats et les découper en fines tranches. Eplucher et tailler en julienne la betterave Chiogga. Ciseler la ciboulette et l'oignon rouge. Mettre tous les ingrédients séparément dans des petits bols au frais.
3. Sur une plaque de four avec un filet d'huile d'olive, toaster légèrement les tranches de pain à 180°C pendant 5 minutes environ, soit directement dans un toasteur pendant quelques minutes.
4. Tartiner le fromage frais sur les tranches de pain puis déposer les tranches d'avocats et les crevettes. Parsemer avec la julienne de betterave Chiogga, l'oignon et la ciboulette ciselés.
5. Terminer les tartines avec un filet d'huile d'olive, une pincée de fleur de sel, un coup de moulin à poivre et quelques graines de sésame rôties.