

les recettes d'Alice

Crabe et pamplemousse en verrine



4 à 6 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Économique



15 minutes



0 minute



Facile

INGREDIENTS

1 boîte de miette de crabe
1 pamplemousse rose
1 avocat mûr

1 c à s de crème épaisse
safran en poudre

MATERIEL NECESSAIRE

Verrines

1 mixeur

PREPARATION ET REALISATION

- 1- Peler à vif le pamplemousse, prélever les segments puis presser le cœur du pamplemousse pour en récupérer le jus.
- 2- Couper l'avocat en deux, retirer le noyau puis la peau.
- 3- Découper le lard en dés. Tailler les champignons en morceaux.
- 4- Mettre dans le bol du mixeur l'avocat découpé grossièrement, le jus du pamplemousse, la crème fraîche, assaisonner, ajouter 1 pincée de safran puis mixer le tout.
- 5- Déposer dans le fond des verrines la purée d'avocat puis déposer ensuite un quartier de pamplemousse et terminer en parsemant des miettes de crabe.

CONSEILS ET ASTUCES

On peut remplacer le pamplemousse par des oranges sanguines.

Alice Délice

