

Aguacates rellenos de ensalada



Ingrédients pour 4 personnes:

2 Gousses d'Ail.
150 gr de queues de Crevettes.
600 ml de Mayonnaise.
350 gr de Moules marinées.
4 Avocats BIO.
1/2 Citron BIO.
150 gr de chair de Crabe.
1 cuil à soupe d'Huile d'Olive Extra Vierge *Oliflix*.

Préparation:

- Eplucher et tailler l'ail en fines lamelles.
- Verser 1 cuil à soupe d'huile d'olive dans une poêle, y faire colorer l'ail et y ajouter les queues de crevettes. Laisser cuire quelques instants et réserver.
- Dans un bol déposer la mayonnaise, y ajouter l'huile de cuisson des crevettes et le jus des moules. Bien mélanger et réserver.
- couper les avocats en deux, ôter la chair sans abimer la peau.
- Dans un bol tailler la chair des avocats en dés, les arroser du jus d'1/2 citron, y ajouter la de chair de crabe, les moules et les crevettes.
- Les incorporer délicatement à la sauce pour ne pas casser les dés d'avocats et bien mélanger.
- Remplir les 1/2 peau d'avocats de préparation.
- Réserver au frigo 1 h avant de servir.