



Salades

Salade de crabe, pastèque et avocats



10 min 10 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

338

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

230 g **Chair de crabe**

2 **Avocat**

160 g **Pastèque(s)**

0.5 **Citron(s)**

0.5 verre(s) **Jus de citron**

4 c. à soupe **Huile d'olive**

1 **Sel**

1 **Poivre cinq baies**

6 feuille(s) **Menthe fraîche**

4 feuille(s) **Basilic**

Étape 1

Préparation de la salade

- 1 Égoutter la chair de crabe, l'émietter et la mettre dans un saladier.
- 2 Couper la pulpe de pastèque en dés et les ajouter.
- 3 Éplucher les avocats, les couper en dés et les ajouter aux autres ingrédients.
- 4 Assaisonner avec le jus de citron pour ne pas faire noircir l'avocat.
- 5 Râper le zeste de citron et l'ajouter à la salade.
- 6 Saler, poivrer, ajouter l'huile et remuer.
- 7 Ajouter les feuilles de menthe et de basilic ciselés et remuer encore.

Étape 2

Dressage

- 1 Garder la salade au réfrigérateur jusqu'au moment de la servir.