

*Entrées froides aux produits de la mer*

# Avocat crevettes de madagascar et salade d'herbes



**40 min 40 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

**0**

CUISSON

**0**

REPOS

**302**

CALORIES

## Étape 1

Préparation de la salade d'herbes

- 1 Commencer par effeuiller toutes les herbes dans un saladier d'eau froide.
- 2 Placer deux ou trois glaçons dans le saladier d'eau, afin de permettre aux herbes de retrouver toute leur fraîcheur.
- 3 Les égoutter et les passer à l'essoreuse à salade.
- 4 Si vous ne disposez que d'une grande essoreuse, placer des feuilles de papier absorbant à l'intérieur pour couvrir le panier afin d'éviter que les herbes ne passent à travers au moment de la rotation.
- 5 Prendre un tiers des herbes, les hacher finement au couteau éminceur. Mettre de côté dans un petit bol.
- 6 Réserver le reste de la salade d'herbes dans un saladier au réfrigérateur en la couvrant d'un papier absorbant sec.

## Étape 2

Préparation des crevettes

Prendre les crevettes cuites de Madagascar, les

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour les avocats et crevettes

8 **Crevettes roses**  
2 **Avocat**  
1 **Pomme(s)**  
1 pot(s) **Yaourt**  
0.5 **Citron(s)**  
2 c. à soupe **Huile d'olive**  
1 **Sel**  
2 pincée(s) **Piment d'Espelette**

### Ingrédients pour la salade d'herbes

50 g **Cerfeuil**  
50 g **Estragon**  
50 g **Persil plat**  
50 g **Coriandre**  
50 g **Aneth**  
1 c. à soupe **Huile d'olive**

- 1 décortiquer en prenant soin de garder la tête pour la présentation.
- 2 Vérifier qu'il ne reste plus de carapace sur les queues, les réserver au frais sur une assiette. Couvrir de film alimentaire.

### Étape 3

#### Préparation de la garniture

- 1 Presser le jus du citron.
- 2 Ouvrir les avocats en deux et les dénoyauter.
- 3 Ôter la peau. Les tailler en cubes d'environ 1 centimètre sur 1 centimètre, débarrasser dans un saladier.
- 4 Prendre la pomme et la tailler de la même taille que l'avocat en gardant la peau.
- 5 Assaisonner le mélange pomme/avocat avec le yaourt au lait de brebis, les 3/4 du jus de citron, la moitié de l'huile d'olive, les herbes hachées, le sel et le piment d'Espelette.

### Étape 4

#### Dressage

- 1 Sortir les crevettes décortiquées. Les assaisonner avec le reste de jus de citron, le reste d'huile d'olive, du sel et du piment d'Espelette.
- 2 Sortir la salade d'herbes et l'assaisonner avec l'huile d'olive.
- 3 Poser un cercle sur une assiette, le remplir de tartare de pomme/avocat.
- 4 Retirer le cercle, poser deux crevettes sur chaque tartare.
- 5 Terminer avec la salade d'herbes.