

Rosace d'avocats aux oeufs, sauce yaourt

Les ingrédients pour 4 personnes :

3 avocats mûrs à point
6 oeufs
Des feuilles de salade
4 c à s de noix hachée
4 c à s de sauce vinaigrette

Pour la sauce yaourt :

3 c à s d'huile
6 c à s de yaourt nature
1/2 c à c de paprika
1 belle pincée de piment de Cayenne
1 c à s de vinaigre de vin
Sel et poivre du moulin

Cuire les oeufs durs 10 mn dans l'eau bouillante, les égoutter, les rafraîchir à l'eau froide et les écaler.

Fendre les avocat en 2 horizontalement, retirer le noyau et peler les demi-avocats. Les couper en anneaux de 5-6 mn d'épaisseur. Les mettre dans un plat creux et les arroser de sauce vinaigrette. Les laisser s'imprégner de la sauce 30 mn.

Préparer la sauce yaourt : mettre vinaigre, sel, poivre et piment de Cayenne dans un bol, puis ajouter l'huile et émulsionner à la fourchette. Verser le yaourt dans une petit saladier et verser progressivement la vinaigrette en mélangeant à la fourchette. Poudrer de paprika et mélanger.

Couper les oeufs en rondelles et disposer les feuilles de salade dans les assiettes.

Égoutter les anneaux d'avocat et les disposer en rosace dans les assiettes. Poser une rondelle d'oeuf sur les anneaux d'avocat et arroser avec la sauce yaourt. Parsemer de noix hachées.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>