



VERRINES AU THON ROUGE

250g thon rouge - 2 avocats mûrs - 1 échalotte fraîche - 2 citrons verts - 1 nectarine - persil plat frais - sel - poivre - huile d'olive -

Dans un saladier, couper en dés les avocats. Presser le jus des citrons verts. Verser sur l'avocat. Couper en petits dés le thon rouge, la nectarine et l'échalotte fraîche. Ciseler le persil*. Assaisonner. Huiler. Remuer. Répartir dans 4 verres à eau. Décorer.

Menus Propos © 2007

<http://menuspropos.canalblog.com/>

e-mail : les3aetles2m@wanadoo.fr