

Tartinade pimentée à l'avocat et sardines

Les ingrédients pour 4 personnes :

8 sardines à l'huile en boîte
1 avocat bien mûr
Le jus d'1/2 citron
Quelques gouttes de Tabasco
Sel

Retirer l'arête des sardines. Peler et dénoyauter l'avocat et l'écraser à la fourchette avec le jus de citron. Ajouter les sardines en morceaux et mélanger encore avec la fourchette. Assaisonner légèrement de sel et de quelques gouttes de Tabasco. Servir avec des chips tortillas.

Péché de gourmandise
<http://pechedegourmand.canalblog.com>