

Avocat, façon « créole »

Pour 4 personnes :

2 avocats

30 g de riz étuvé

1 boîte de crabe

4 CS de mayonnaise

1 CS de ketchup

1 CC de moutarde

1 CS de citron

1 CS de ciboulette hachée

Sel et poivre



- Faire cuire le riz, selon les indications du paquet. Une fois cuit, rincer sous l'eau froide, pour stopper la cuisson et bien égoutter. Réserver le temps que ça refroidisse.
- Dans un saladier, mélanger mayonnaise, moutarde et ketchup. Saler légèrement, poivrer, et verser le citron, ainsi que la ciboulette hachée.
- Ouvrir les avocats en 2. Récupérer la chair et la couper en petits dés.
- Dans le saladier, incorporer à la sauce, les dés d'avocat, le crabe émietté et le riz froid. Mélanger délicatement.
- Remplir les coques d'avocat avec la farce obtenue et maintenir au frais jusqu'au service.

CABZL
SANDS