

Purée d'avocat tahitienne

✂ Préparation 15 mn

👨‍🍳 Cuisson

10 mn

☀ Repos

1 h

🕒 Temps Total 1 h 25 mn



Ingrédients / pour 4 personnes

- > 1 citron vert
- > 4 avocats mûrs
- > 2 gousses d'ail
- > 2 échalotes
- > 4 brins de ciboulette
- > 5 feuilles de menthe
- > 2 œufs
- > 2 cuillères à soupe de yaourt
- > 2 cuillères à soupe de noix de coco râpée
- > sel
- > poivre

PRÉPARATION / Purée d'avocat tahitienne

- 1 Plongez les œufs dans de l'eau bouillante et faites-les cuire 10 minutes. Plongez-les dans de l'eau froide.
- 2 Lavez puis essorez les feuilles de menthe et la ciboulette. Pelez l'ail et les échalotes. Hachez finement l'ail, les échalotes, la menthe et la ciboulette.
- 3 Pelez les œufs durs et coupez-les en 4. Pressez le citron vert. Coupez les avocats en 2 et enlevez la chair. Dans un bol, écrasez la chair des avocats et les œufs.
- 4 Arrosez la purée avec le jus de citron vert. Incorporez le hachis d'herbes, le yaourt et la noix de coco. Salez, poivrez et mélangez.
- 5 Mettez la purée dans un saladier, recouvrez d'un film alimentaire et réservez au frais pendant au moins 1 heure.



Pour finir

Mélangez une dernière fois avant de servir.