

Carpaccio d'avocat aux bleuets sauvages

20 minutes de préparation

Ingrédients

4 petits avocats

Jus d'une lime

1 pincée de sel

250 ml (250 g ou 1 1/2 tasse) de fromage cottage

250 ml (150 g ou 1 tasse) de bleuets sauvages (frais ou surgelés)

5 ml (1 c. à thé) de miel

1 pincée de poivre rouge

375 ml (50 g) de germes de luzerne

1- Couper les avocats en deux, peler et enlever les noyaux. Trancher finement et placer sur une assiette. Arroser du jus de la lime et saler.

2-Mélanger le fromage cottage aux bleuets sauvages (sans le jus) et au miel. Ajouter le poivre rouge au goût. Placer sur les tranches d'avocat et décorer avec les germes de luzerne.