



À TABLE!

LES BONNES RECETTES DE NICOLAS

E N T R É E

Fraîcheur d'avocat, marmelade de pamplemousse au gingembre et saumon fumé



Préparation : 20 Min - Cuisson : 30 Min

Pour 6 personnes

Pour la Partie 1 : Pamplemousses de Floride : 6 pièces |

Oignon rouge : 1 pièce | Gingembre frais : 15 grammes |

Huile d'olive : 3 centilitres | Miel : 1 Cuillère à soupe |

Vinaigre de vin blanc : 1 centilitre | Sel fin : 6 Pincées |

Moulin à poivre : 6 Tours

Pour la Partie 2 : Avocats : 6 pièces | Citrons verts : 2 pièces |

Sel fin : 6 Pincées | Saumon fumé : 200 grammes | Ciboulette : 1/4 botte

Pour le chutney : Laver les pamplemousses et **prélever** les zestes de 2 pièces. **Peler** les autres pamplemousses à vif et prélever les segments.

Peler et **râper** le gingembre. **Éplucher** et **ciseler** l'oignon rouge, puis le faire suer avec le gingembre et un filet d'huile d'olive dans une casserole. **Ajouter** les segments de pamplemousse, les zestes, le miel, le vinaigre de vin, le sel et le poivre, puis laisser cuire à feu doux pendant 20 min. **Laisser** ensuite refroidir avant d'utiliser.

Partie 2 : **Peler** les avocats et les couper en petits dés. A l'aide d'une fourchette, les écraser ensuite et ajouter un peu de jus de citron vert.

Assaisonner de sel et de poivre. **Découper** le saumon fumé en lanières.

Dans le fond d'une verrine, mettre la purée d'avocat, **ajouter** le chutney et **décorer** de lanières de saumon fumé et de brins de ciboulette.

Le plus du chef : Le chutney est un condiment aigre-doux épicé à base de fruits : variez donc ces derniers en fonction de vos envies.



- Nez : de citron, de mimosa, de menthol.
- Bouche : belle fraîcheur, perlant.

le conseil de votre caviste :

M de Minuty Moments rosé 2009
Côtes de Provence rosé

Et aussi :

Belmont Sauvignon Marlborough
2009 Nouvelle Zélande blanc

Retrouvez les cours de cuisine de L'atelier des Chefs sur www.atelierdeschefs.fr



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, A CONSOMMER AVEC MODÉRATION