

CROUSTILLANTS DE GAMBAS, CRÈME D'AVOCAT ET CONCOMBRE



Par

Luana Belmondo

Dans

**Ep.16 - Luana et Louise
Denisot cuisinent l'avocat**

INGRÉDIENTS :

- 12 gambas fraîches ou déjà cuites
- 1 paquet de pâte filo
- 2 concombres moyens
- 2 avocats bien mûrs
- 2 c. à soupe de yaourt à la grecque
- 1 c. à soupe de sauce Worcestershire
- Le jus d'1/2 citron vert
- Coriandre
- Beurre

PRÉPARATION :



6 personnes



facile

RECETTE :

1. Nettoyez les légumes.
2. Pelez, épépinez et coupez les concombres en dés.
3. Prélevez la chair des avocats. Mettez le tout dans un saladier. Salez, poivrez. Ajoutez le jus de citron vert.
4. Transférez les légumes dans le bol d'un mixeur avec le yaourt à la grecque, la sauce Worcestershire et quelques brins de coriandre. Mixez jusqu'à obtention d'une crème onctueuse. Réservez au réfrigérateur jusqu'au moment de dresser.
5. Préchauffez le four à 180°C (th.6).
6. Si vous avez opté pour des gambas fraîches, nettoyez-les et déveinez-les.
7. Étalez 3 feuilles de pâte filo. Badigeonnez-en deux avec du beurre fondu. Superposez les 3 feuilles.
8. Coupez des bandes de pâte filo de le sens de la longueur puis roulez les gambas dans chaque bande. Beurrez l'extrémité pour fixez le tout.
9. Déposez les gambas emmaillotées sur une plaque de cuisson tapissée de papier sulfurisé. Badigeonnez-les de beurre fondu.
10. Enfournerez 10 min maximum.
11. Dressez la crème d'avocat dans une verrine, décorez de zeste de citron vert et accompagnez-les de deux crevettes.

