Chips d’avocat croustillantes avec trempette aux haricots blancs et salsa de mangue

8 portions, doubler la recette pour plus de quantités

Ingrédients

2 avocats du Mexique, mûrs
2 tasses (500 ml) de parmesan fraîchement râpé
3 c. à thé (15 ml) de jus de citron, divisées
1 boîte de haricots blancs (égouttés et rincés)
2 gousses d’ail rôties
1 c. à thé (5 ml) de poudre d’oignon
1 c. à soupe (15 ml) de tahini
1 c. à thé (5 ml) de persil haché
1 tasse (250 ml) de mangue mûre, pelée et coupée en dés
1 c. à thé (5 ml) de thym finement haché
2 c. à soupe (30 ml) de ciboulette hachée
¼ tasse (60 ml) d’oignon rouge, coupé en dés
¼ tasse (60 ml) de concombre anglais, pelé et coupé en dés
1 c. à thé (5 ml) de coriandre finement hachée
½ piment scotch bonnet
1 c. à thé (5 ml) de jus de lime
1 c. à thé (5 ml) de vinaigre de vin rouge
1 c. à thé (5 ml) d’huile d’olive
Sel kasher, au goût
Poivre noir fraîchement moulu, au goût

Préparation

1. Préchauffer le four à 325 °F (163 °C) et tapisser une plaque de cuisson de papier parchemin.
2. Dans un bol moyen, écraser les avocats avec une

Marc Kusitor, Chef, de Toronto, CA

Marc Kusitor est le chef principal et propriétaire de ChopTime Catering à Toronto, un service traiteur qu'il a fondée pour redéfinir la perception de la cuisine afro-caribéenne, souvent associée à des repas rapides et informels. Puisant dans ses racines culturelles et les traditions culinaires riches des foyers africains et caribéens,

Chips d’avocat croustillantes avec trempette aux haricots blancs et salsa de mangue

fourchette jusqu’à obtenir une consistance lisse. Incorporer le parmesan râpé grossièrement et 2 c. à thé (10 ml) de jus de citron. Assaisonner de sel et de poivre.

3. Déposer des cuillères du mélange d’avocat sur la plaque et aplatir chaque portion pour obtenir un diamètre de 3 pouces, en veillant à laisser de l’espace entre chaque chip pour qu’ils s’étalent en cuisant.

4. Cuire jusqu’à ce qu’ils soient dorés, environ 30 minutes, puis laisser refroidir complètement. Servir à température ambiante.

5. Pour préparer la trempette aux haricots beurre, mélanger les haricots, le persil, le tahini, la poudre d’oignon et l’ail rôti jusqu’à obtenir une consistance lisse. Ajouter du sel, du poivre, 1 c. à thé (5 ml) de jus de citron et mélanger de nouveau. Retirer le mélange du robot culinaire et servir froid.

6. Pour préparer la salsa de mangue, mélanger la mangue, le concombre, l’oignon rouge, la ciboulette et la coriandre dans un grand bol. Retirer les graines du piment scotch bonnet en le coupant en deux et en grattant les graines avec le dos d’un couteau. Hacher finement la moitié du piment et l’ajouter dans le bol avec les ingrédients de la salsa.

7. Ajouter le jus de lime et le vinaigre au bol, puis mélanger tous les ingrédients. Terminer avec de l’huile d’olive, du sel et du poivre et servir froid.

8. Astuce : Si vous préférez une salsa moins épicée, réduiser la quantité de piment scotch bonnet.

Marc combine la nostalgie et l'innovation pour partager l'histoire de sa famille à travers des plats modernes et pleins de saveurs.