

Pain plat à l'avocat



4-6 portions

Préparation

1. Déposer votre pâte à pizza ou votre pâte abaissée sur une plaque à pâtisserie tapissée de papier parchemin. Préchauffer le four à la température indiquée sur l'emballage de votre pâte à pizza/de votre pâte.
2. Dans un petit contenant, mélanger les huiles d'olive, l'ail, la levure alimentaire, le sel et le poivre. Bien agiter. Avec vos mains ou un pinceau, étaler le mélange

Ingrédients

4 avocats mûrs
1 pâte à pizza
3 c. à soupe d'huile d'olive
1 c. à soupe d'huile d'olive fumée (facultatif)
4 gousses d'ail (hachées)
1 c. à thé comble de levure alimentaire
½ c. à thé de sel
½ c. à thé de poivre
Réduction balsamique
Cœurs de chanvre

Crédit

Erin Ireland

Pain plat à l'avocat

d'huiles. Cuire au four jusqu'à ce que la pâte soit dorée (ou lire les instructions figurant sur l'emballage de pâte à pizza/pâte).

3. Lorsque votre pâte est cuite, la retirer du four et la laisser refroidir. Préparer vos avocats mûrs. Les trancher dans le sens vertical et retirer le noyau. Faire des incisions dans le sens de la longueur tous les 5 mm (voir l'image ci-dessus). Utiliser une cuillère pour retirer les demi-avocats en tranches. Les garder entiers, et avec vos mains, disposer délicatement les tranches en éventail sur le pain plat. Continuer cette opération jusqu'à recouvrir complètement le pain plat.
4. Arroser votre création d'un filet épais et généreux de réduction balsamique, saupoudrer de cœurs de chanvre et d'un peu de sel marin. Couper en fines « tranches de pizza » ou en carrés et servir.