

Tartare d'avocat au yuzu et coriandre, quinoa croustillant



4 portions

Préparation

1. Dans une casserole, porter de l'eau à ébullition. Incorporer le quinoa, couvrir et laisser cuire à feu doux (suivre les instructions du produit). Ensuite, dans une poêle, vers chauffer l'huile végétale à feu moyen et y faire revenir le quinoa pendant 4-5 minutes. Retirer du feu et réserver.
2. Dans un grand saladier, mélanger ensemble tous les

Ingrédients

- ½ tasse de quinoa rouge
- 1 tasse d'huile végétale
- 4 avocats mûrs taillés en dés
- 1 échalote française coupée en brunoise fine
- 2 c. à table de coriandre fraîche hachée
- 4 c. à table de mayonnaise
- 1 c. à table de jus de yuzu
- 1 c. à thé d'huile de sésame
- Sel et poivre au goût

Astuce

Pour faire mûrir plus rapidement vos avocats, placez-les dans un sac à lunch en papier brun avec une banane. Surveillez bien l'évolution!

Crédit

Laurent Godbout

Tartare d'avocat au yuzu et coriandre, quinoa croustillant

ingrédients sauf le quinoa. Déposer dans des bols à salade, puis ajouter le quinoa frit par-dessus.