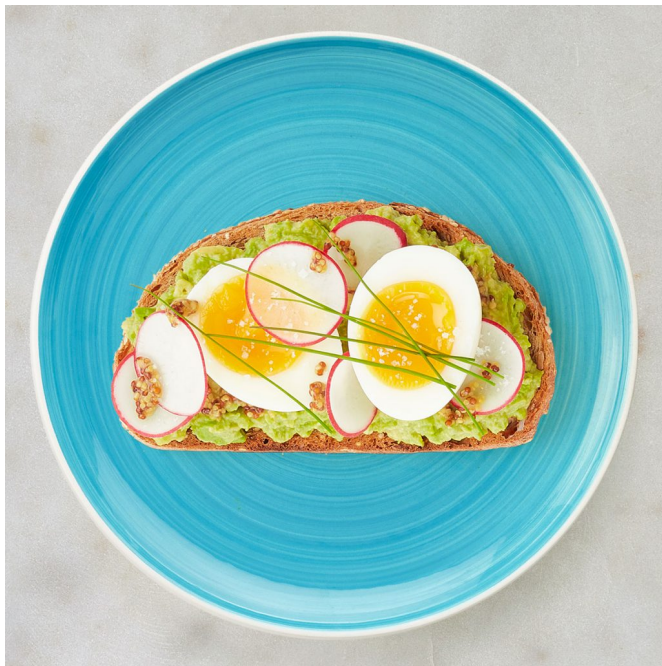


Tartine à l'avocat journée ensoleillée



Ingrédients

- 2 tranches de pain intégral multigrains, grillées
- 1 avocat, écrasé à la fourchette
- ½ c. à thé de jus de lime
- 2 œufs à la coque (mollets)
- 4 radis, tranchés finement
- Moutarde à l'ancienne (au goût)
- Ciboulette pour la garniture
- Fleur de sel

1-2 portions

Préparation

1. Porter une casserole d'eau salée et légèrement vinaigrée à ébullition. À l'aide d'une cuillère, y déposer délicatement les œufs pour éviter les chocs. Compter 5 minutes pour un œuf mollet (8 minutes pour un jaune complètement cuit). Retirer les œufs et les plonger dans un bain d'eau glacée pour arrêter la cuisson.
2. Faire griller les tranches de pain au four, sous le grill,

Tartine à l'avocat journée ensoleillée

jusqu'à l'obtention de la coloration désirée.

3. Dans un bol, écraser l'avocat à la fourchette et y mélanger le jus de lime. Étaler le mélange sur le pain grillé.
4. Couper les œufs dans le sens de la longueur et les déposer délicatement sur les tartines.
5. Répartir les tranches de radis sur les tartines. Ajouter de la moutarde ancienne en petites quantités et selon le goût.
6. Garnir avec quelques tiges de ciboulette. Ajouter une petite pincée de fleur de sel par tartine. Savourez!