



Velouté d'avocat et de concombre et tuile au parmesa



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

- 1 concombre
- 2 avocats mûrs
- 1 citron vert (sap)
- 3 gouttes de tabasco
- sel et poivre
- 2 tasses de parmesan (fraîchement râpé en bloc)

Méthode de préparation

- 1.** Coupez le concombre en deux dans le sens de la longueur. Utilisez une cuillère à café pour l'épépiner. Coupez les moitiés de concombre en petits dés.
- 2.** Coupez les avocats en deux et prélevez leur chair à la cuillère. Mixez la chair du concombre et de l'avocat avec le jus de citron vert et le Tabasco jusqu'à l'obtention d'un velouté lisse (au blender ou au mixeur plongeur). Salez et poivrez. Couvrez et réservez au frigo.
- 3.** Préchauffez le four à 180 °C.
- 4.** Couvrez une plaque de cuisson de papier sulfurisé. Dressez 12 monticules de parmesan sur celui-ci.
- 5.** Faites cuire pendant 10 minutes dans un four préchauffé à 180 °C. Laissez les tuiles se figer quelques instants.
- 6.** Servez le velouté dans 12 petits verres et accompagnez d'une tuile au parmesan.