

Salade de riz aux avocats, pamplemousse et crevettes façon tandoori

FONDATION



RIZ DE
SAINT-VINCENT

- ✓ Plat Principal
- ✓ Facile
- ✓ Bon marché

- Temps de préparation : 2 heures
- Temps de cuisson : 20 minutes



A déguster avec des toasts

Ingrédients (pour 6 parts) :

- 300 g de riz cuit
- 3 avocats mûrs et fermes
- 500 g de crevettes
- ¼ de pamplemousse
- 3 tomates
- 200 g d'emmental
- ½ oignon
- 1 oignon vert
- Persil
- ½ citron
- 5 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 4 cuillère à soupe de sauce soja
- 20 g d'épices tandoori
- Poivre

Préparation de la recette :

1. Faire cuire le riz dans un volume d'eau (puis réserver au frais pendant 2 ou 3 heures).
2. Faire revenir les crevettes à la poêle avec les épices tandoori (prévoir 6 crevettes bouillies pour la décoration).
3. Couper les avocats en deux dans le sens de la longueur, les dénoyauter, retirer délicatement la chair à l'aide d'une cuillère à soupe ; la couper en dés et la citronner.
4. Couper le ¼ de pamplemousse, les tomates et le fromage en dés.
5. Hacher le persil et ciseler l'oignon vert et l'oignon sec.
6. Dans un saladier mettre le riz et y ajouter au fur et à mesure les différents éléments. Puis verser 5 cl d'huile d'olive, 4cl de sauce soja.
7. Mélanger le tout et ajouter une pincée de poivre.
8. Remplir les moitiés d'avocats de salade et les décorer de crevettes
9. Déguster cette salade avec des toasts chauds.

Bon appétit !