





RECETTE AVEC



PETITS CHOUX FOURRÉS AUX
CREVETTES, SAUMON ET AVOCAT



Préparation : 20min

6 personnes

Cuisson : 25min

INGRÉDIENTS

POUR LA PÂTE À CHOUX

- 120 g de farine Mélissa
- 75 g de beurre
- 20 cl d'eau
- 3 gros œufs
- ½ cuillère à café de sel

POUR LA GARNITURE

- 100 g de crevettes cuites et décortiquées
- 100 g de saumon frais
- 1 avocat
- 1 pot de fromage fouetté nature
- 3 c. à soupe de mayonnaise
- Sel, poivre

1. Préchauffez le four th.6 (180°C).
2. Dans une casserole, faites fondre le beurre coupé en morceaux avec le sel.
3. Retirez du feu et ajoutez la farine en une fois. Mélangez avec une cuillère jusqu'à ce que la pâte se décolle des parois.
4. Ajoutez les œufs l'un après l'autre, en mélangeant bien, puis déposez des petits tas de pâte avec une cuillère ou une poche à douille sur une plaque de four recouverte de papier de cuisson.
5. Répétez jusqu'à épuisement de la pâte et enfournez pour 20 min, puis laissez refroidir.
6. Pendant ce temps, émincez le saumon en petits dés. Retirez la peau de l'avocat, dénoyautez-le et émincez-le en dés. Coupez les crevettes en morceaux.
7. Dans un saladier, mélangez le fromage fouetté avec la mayonnaise. Salez, poivrez.
8. Coupez le chapeau des choux. Fourrez avec une cuillère de crème, quelques dés de saumon, d'avocat et de crevettes, puis replacez le chapeau.
9. Servez vos petits choux fourrés aux crevettes, saumon et avocat !

