

Mousse légère d'Avocat



Pour 2 personnes

1 avocat

10cl d'eau

1,8g de lécithine (3 cuillères rases

Texturas n°1)

1/2 cuillère à café de jus de citron

Quelques biscuits salés (pour le crumble)

*2 cuillères à café de sauce tomate épicée
(ou ketchup)*

1. Couper l'avocat en 2, évider la chair dans un bol blender
2. Verser la lécithine en pluie dans l'eau et mélanger au fouet jusqu'à dissolution
3. Incorporer avec l'avocat puis mixer avec le jus de citron (*pour éviter à l'avocat de noircir*) jusqu'à obtenir une mousse légère. Répartir dans 2 verrines
4. Ecraser grossièrement les biscuits. Les passer à la poêle chaude (sans huile) pour les dorer. Saupoudrer ce crumble sur chaque verrine et rajouter une petite touche de sauce tomate épicée.