

Aguacate fresc i Pomelos



Ingrédients pour 4 personnes:

- 3 Avocats.
- 1 jus de Citron BIO pressé.
- 1 Pomélos BIO.
- 150 g de fromage (Osso) de Brebis fermier (de préférence d'estives plus fruité).
- 80 g de Roquette.
- 1 cuil à soupe de graines de Sésame.

Pour la Sauce vinaigrette:

- 3 cuil à soupe d'Huile d'Olive Extra Vierge *Oliflix*.
- Le jus d'un Pomélos BIO.
- Sel, poivre du moulin.
- 1 cuil à soupe de Vinaigre Balsamique *Cal Menescal*.
- Quelques brins de persil et ciboulette.
- 1 Echalote française.

Préparation:

- Peler les pomélos à vif, retirer les quartiers, en prenant soin de récupérer le jus.
- Couper les quartiers en petits morceaux.
- Couper les avocats en deux, ôter le noyau, la peau puis les couper en petits cubes.
- Les arroser sans attendre avec le jus de citron.
- Réserver-les pomélos et avocats dans un saladier.
- Nettoyer la roquette.
- Réaliser des copeaux de fromage de brebis avec un économome.
- Les ajouter aux pomélos et avocats.
- Ciseler les herbes.
- Peler et hacher finement l'échalote.
- Préparer la vinaigrette.
- Dans un saladier, émulsionner l'huile d'olive, le vinaigre et le jus des pomélos.
- Saler, poivrer, ajouter les herbes et l'échalote.
- Bien mélanger.
- Verser la sauce dans le saladier contenant les fruits et le fromage, mélanger délicatement.
- Répartir la roquette dans des verres à cocktail pour une jolie présentation ou plus simplement sur des petites assiettes.
- Ajouter la préparation d'avocats, pomélos et fromage, arroser avec la sauce, parsemée de graines de sésame.
- Déguster bien frais.

Conseil:

- Vous pouvez utiliser cette préparation pour accompagner des gambas marinées