

Shiratakis avocat-oeuf mollet

Pour 4 verrines

600 gr de shiratakis

2 avocats bien mûrs

1 càs de basilic ciselé

1 citron vert

2 càs d'huile d'olive

4 oeufs

8 tomates cerises rouges

Quelques pousses d'épinard (*remplacées par de la laitue iceberg émincée finement et légèrement assaisonnée*)

Sel, poivre

Mettez à bouillir une grande casserole d'eau

Ajoutez les shiratakis et laissez cuire 3mn

Egouttez et passez sous un filet d'eau froide pour arrêter la cuisson

Plongez les oeufs (que vous aurez sortis du frigo quelques heures avant pour éviter le choc thermique) dans une autre casserole d'eau bouillante et faites cuire 6 mn.

Puis passez les sous l'eau froide et écalez.

Pelez et dénoyautez les avocats, écrasez la chair avec une fourchette

Ajoutez l'estragon, le jus de citron, salez, poivrez.

Mélangez cette "purée" avec les shiratakis (*pas fait pour garder les couches de vert (salade) et blanc (pâtes) puis purée d'avocats (vert) c'est plus joli pour la photo.*)

Coupez les tomates cerises en quartiers

Disposez dans la verrine (pour moi) salade, shiratakis, purée d'avocat, tomates cerises, posez l'oeuf mollet sur le dessus.