Millefoglie con GAMBERI & AVOCADO

INGREDIENTI (2 pax)*

- Pane Carasau 6 quarti
- Pomodorini 200 gr
- Due Avocado** piccolini
- Il succo di mezzo Lime
- Mazzancolle (o code di gambero) 100 gr
- Tre spicchi d'aglio
- Mezza cipolla bianca
- Olio di Oliva Extravergine
- Sale & Pepe q.b.

**due porzioni abbondanti o quattro antipasti.*
***è importante che l'Avocado sia ben maturo. Come varietà consiglio l'Avocado Nero (Hass).*

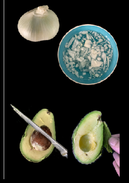
1

Lavare e tagliare a dadini i pomodorini, quindi riporli in una ciotola insieme agli spicchi d'aglio, a tre cucchiai generosi di olio di oliva, a due prese di sale fino ed una macina di pepe.

Mischiare e tenere da parte (se possibile preparare con un paio di ore di anticipo in modo che i pomodorini posso rilasciare la propria acqua).

Portare a bollore un pentolino di acqua e sbollentare (1 minuto) i gamberi, quindi rimuovere la testa e il carapace e tagliarli a tocchetti da tenere anch'essi da parte in una ciotola.

2



Pulire e tagliare finemente al coltello la mezza cipolla bianca e metterla a bagno in una ciotolina con abbondante acqua fredda (l'acqua fredda toglie la parte pungente della cipolla cruda).

Tagliare a metà i due Avocado, rimuovere il nocciolo centrale* e la pelle esterna.

**per togliere con facilità il nocciolo, affondare un coltello affilato nel nocciola con un colpo secco, quindi fare una leggera torsione.*

3

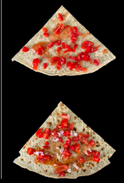
Tagliare le due metà di un Avocado a strisce sottili e tenerle da parte su un piattino.

Tagliare grossolanamente il secondo Avocado e, in una ciotola, mischiarlo con dell'olio di oliva, due prese di sale, una macinata di pepe ed il succo di mezzo lime.

Mischiare e schiacciare con una forchetta fino ad ottenere una sorta di crema omogenea.

Assaggiare e regolare il sale, il pepe e l'olio.

4



Prendere il primo quarto di pane Carasau e bagnarlo con un cucchiaio del sughino che si è formato nella ciotola con i pomodori.

Distribuire un cucciolo di pomodorini*.

Quindi distribuire qualche pezzettino di cipolla** (scolata dall'acqua).

** Regolare la quantità di pomodori considerando di ripetere l'operazione quattro volte.*

*** Per la cipolla regolarsi in base ai propri gusti.*

5

Aggiungere quindi qualche fettina di Avocado.

Terminare con tre quattro cucchiaini della crema di Avocado.

Coprire con un secondo quarto di Carasau e ripetere la farcita (dal punto 4).

Terminare con un ultimo quarto di Carasau sul quale aggiungere a decorazione un'ultima fettina di Avocado, un gambero intero e qualche pezzettino di pomodoro.

Ripetere tutta la procedura dal punto 4 per formare la seconda millefoglie.

6

Una continua lotta tra la croccantezza del Carasau e la morbidezza avvolgente dell'Avocado.

Puoi servire.

Per un pranzo leggero gustoso e molto estivo o come simpatico antipasto.

BUON APPETITO

Ricette Orizzontali

www.RicetteOrizzontali.it
ricetteorizzontali

www.RicetteOrizzontali.it