

SALADE KIWI AVOCAT AUX CREVETTES

Lundi 22 Avril 2019

Une entrée pour un lundi de Pâques :

Salade kiwi avocat

aux crevettes pour 2 personnes et 5 pp-4spl par part

-75 g de petites crevettes roses cuites décortiquées *

-1 avocat

-2 kiwis *

-1 citron jaune*

-20 g de mayonnaise allégée

-40 g de skyr 0% *

-1 pincée de sel

Couper la chair de l'avocat en petits dés et les citronner

Peler les kiwis et les couper aussi en petits dés

Les mélanger dans un saladier avec les crevettes et répartir dans 2 assiettes

Fouetter ensemble la mayonnaise et le skyr, assaisonner d'une pincée de sel et rajouter le tout sur la salade kiwi avocat crevettes



Je vous conseille de ne pas préparer cette entrée trop tôt pour garder la fraîcheur du kiwi et le vert croquant de l'avocat

Pour le repas : salade kiwi avocat aux crevettes (5 pp-4spl) - cabillaud à la thaïe (6pp-3spl-recette du 11 12 2017) -1faisselle (1pp-1sp). Total : 12pp-8spl

Excellente journée à vous toutes et tous

Lilou3158 :
blog cuisine contrôlée by lilou light.fr

**Tous droits
réservés**