Avocat grillé et sa marinade au thermomix

Informations

Préparation : 1 min	Cuisson : 5 min	Durée : 6 min	Difficulté : 1/10
Ingrédients : 8	Etapes : 9	Astuces : 14	

Ingrédients

40g de gruyère
8 CàS d'huile d'olives
4 avocats
4 CàS de coriandre
2 CàS de miel
2 CàS de jus de citron
Coriandre
Sel

Etapes

Â»
Mettez le gruyère dans le bol du thermomix.
Â»
Mixez 5 secondes sur la vitesse 5.
Â»
Rajoutez l'huile d'olives, la coriandre, le miel, le jus de citron et le sel, dans le bol du thermomix.
Â»
Programmez 45 secondes sur la vitesse 3, votre robot culinaire.
Â»
Coupez les avocats en 2 et enlevez le noyau.
Â»
Avec un couteau, faites des stries sur les avocats.
Â»
Badigeonnez les avec cette sauce thermomix.
Â»
Grillez les avocats, 2 à 3 minutes, sur la face coupée, afin de les gratiner.
Â»
Puis, les retournez et laissez cuire 3 minutes de plus.
Dégustez ces avocats chauds. Miam ;)

copyright omothermix - 2024
http://www.omothermix.com