



# Spiruline Algahé

Rechercher un produit...

OK



MENU ▼

Accueil > **Dégustation - Recettes** > **Guacamole aux pétales de Spiruline**

## Guacamole aux pétales de Spiruline

Il y a 1 Produit



### Ingrédients :

- 1 avocat bien mûr
- 1 tomate
- 2 cuillère à soupe rases de pétales de Spiruline
- 2 cuillère à soupe d'eau
- 1 cuillère à café de jus de citron
- 1 cuillère à café d'huile d'olive extra vierge
- 1 gousse d'ail dégermée et hachée au couteau
- Quelques tiges vertes d'oignons nouveaux
- 1/2 cuillère à café de gomasio

- 1) Coupez en deux votre avocat et ôtez le noyau. Coupez-le en dés et déposez les cubes dans un mortier.
- 2) Lavez et coupez aussi votre tomate en dés de 1 cm de côté environ, que vous ajoutez à l'avocat, ainsi que la Spiruline, l'eau, le jus de citron, l'huile d'olive, l'ail et bien remuez avec le pilon en écrasant légèrement l'avocat.
- 3) Mettre au frigo pendant 2 heures et servir avec un peu de gomasio sur le dessus et quelques rondelles de tiges vertes d'oignons nouveaux.



Cette version de guacamole est excellente et avec du pain toasté, c'est très bon !

Tri -- ▼