

Entrées v. au dos

Salades "fantaisies"

Haricots verts } ciboulette
oeufs durs }

Betterave

Haricots blancs (conservés)

Ail et persil

delicieux

Avocat en purée (écrasé à la fourchette)
sel, poivre, jus de citron, huile d'olive
(très peu)

Le disposer en dôme

Entourer l'avocat de crabe (conservé en
miettes ou petits morceaux).

Assaisonner sel, poivre, jus de citron,
huile d'olive.

Parsemer sur le crabe, de ^{la} ciboulette ciselée

Variante: Avocat, crevettes, ciboulette.

Riz aux anchois - avec vinaigrette montagnée

Riz blanc + ail écrasé, persil hâché

Anchois à l'huile - éventuellement: Salade ^{verte}

Suggestion: remplacer le persil par herbe aromatique