

L'AVOCAT SURPRISE! SERVEZ-LE AU PETIT DÉJEUNER OU AU DÉJEUNER! UNE RECETTE SIMPLE À 3 INGRÉDIENTS SEULEMENT!



On aime, ou on aime pas les avocats! Mais quand on aime...
ON AIME LES AVOCATS!

Et quand vous verrez cette recette! Vous aurez tellement envie de l'essayer! Et ça... Sur-le-champs!

VOUS AUREZ BESOIN:

- D'un avocat
- D'un oeuf
- De bacon
- D'huile d'olive

COMMENT FAIRE:

- 1) Coupez un avocat en deux, dénoyautez et retirez la pelure
- 2) Dans un bol, placez une pellicule plastique et ajoutez un peu d'huile d'olive
- 3) Craquez un oeuf dans la pellicule plastique

- 4) Refermez la pellicule et trempez l'oeuf dans l'eau bouillante pendant 3 minutes 30 pour en faire un oeuf poché
- 5) Retirez la pellicule
- 6) Refermez l'avocat et enrroulez-le dans 3 tranches de bacon
- 7) Cuire l'avocat surprise dans une poêlonne pour griller le bacon

NOTE: Le temps de cuire le bacon, l'avocat ne sera pas chaud, ni cuit! Mais le mélange de l'oeuf poché, du bacon et de l'avocat!
OUF! C'est un pur délice!