

Menu de Pâques

Pour 4 personnes



Entrée

Salade d'Avocat au Miel

Eplucher les avocats, les couper en tranches et les arroser du jus du citron. Disposer les tranches en corolle sur 4 assiettes de service. Mélanger dans un bol le jus des oranges, le miel et les cerneaux de noix préalablement concassés. Verser cette préparation sur l'avocat et réserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Plat

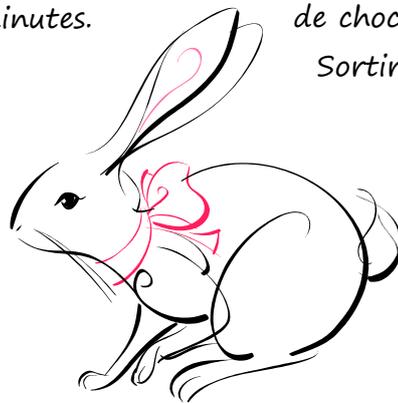
Curry d'Agneau Vapeur

Laver le riz à grande eau puis l'égoutter.
Eplucher les carottes et les couper en rondelles.
Eplucher les oignons et les émincer. Faire revenir dans l'huile les oignons émincés et y ajouter les morceaux de viande. Ajouter ensuite les carottes. Laisser revenir quelques minutes à feu moyen. Retirer l'excédent de graisse rendue par la viande, ajouter le bouquet garni et le curry. Fermer l'autocuiseur et laisser cuire 12 à 15 minutes sur feu doux. Ouvrir la cocotte et ajouter le riz. Refermer et prolonger la cuisson 7 minutes.

Dessert

Flan au Cacao

Délayer le cacao et le sucre dans le lait et faire bouillir. Dans un bol, battre les œufs. Verser le lait chaud dessus en remuant. Bien homogénéiser. Répartir dans 4 ramequins et faire cuire au bain-marie 20 minutes à 180 °C (thermostat 6). Faire des copeaux de chocolat à l'aide d'un éplucheur. Sortir les flans du four, les laisser refroidir et décorer avec les copeaux.



Ingrédients

- 2 Avocats _ 1 Citron _ 2 Oranges _ 2 Cuillères à Soupe de Miel _ 2 Cuillères à Soupe de Cerneaux de Noix
- 750 g de Poitrine de Mouton en Morceaux _ 1 Cuillère à Soupe d'Huile d'Olive _ 3 Oignons _ 2 ou 3 Carottes _ 1 Cuillère à Soupe de Curry en Poudre _ 100 g de Riz Long _ 1 Bouquet Garni _ Sel
- 300 mL de Lait ½ écrémé _ 2 Œufs _ 1 Cuillère à Soupe de Cacao en Poudre Non Sucré _ 2 Sachets de Sucre Vanillé _ 10 g de Chocolat Noir