AVOCAT AU SAUMON FUME

Préparation: 15

Cuisson: 2

1 personne:

1/2 avocat
1/2 tranche de saumon fumé

1/2 tomates
1 citron vert
1 pincée de bicarbonate alimentaire
1 c à café de vinaigre blanc balsamique
1 c à soupe d'huile de colza
sel et poivre
persil
1 tranche de pain de mie

1. Faire bouillir de l'eau et plongez la tomate dedans pour l'éplucher facilement.
2. Enlevez les pépins et le jus.
3. Coupez la chair de tomate en mini cubes
4. Epluchez l'avocat et le couper aussi en mini cube et le mettre dans un bol avec un demi jus de citron vert et la pincée de bicarbonate alimentaire, bien mélanger.
5. Faire la vinaigrette et en mettre dans la tomate puis un peu dans l'avocat.
6. Avec un emporte pièce, coupez une tranche de pain de mie, la poser dans une petite assiette, dans le carré mettre la tomate pressez légèrement puis mettre l'avocat, pressez encore légèrement, sortez l'emporte pièce et disposer dessus le saumon couper en lamelles.