



Terrine de légumes aux œufs, sauce avocat

Une délicieuse et simple idée pour les appétits plus légers ou les palais végétariens...

Ingrédients pour 8 personnes

600 grammes de légumes au choix: carottes, pommes de terre, haricots, maïs, brocoli, chou-fleur, courgettes, avocats (fermes), petits pois

8 œufs

4 œufs durs (8 minutes au lieu de 10)

1/2 cuiller à café de curry en poudre

sel et poivre

Pour la sauce

2 avocats murs

2 cuillers à soupe de mayonnaise

jus d'un 1/2 citron

10 feuilles de coriandre fraîche

1/8 cuiller à café de curry en poudre

Préparation

1. Couper en petits dés les légumes choisis et les faire cuire. Laisser refroidir.
2. Préchauffer le four à 180°C.
3. Battre 8 œufs en omelette avec le curry, du sel et du poivre. Mélanger aux légumes.
4. Verser la moitié de cette préparation dans un moule à cake beurré. Placer les 4 œufs durs en ayant soin de ne pas les crever. Ajouter le reste de la préparation.
5. Cuire pendant 1 heure, puis laisser tiédir avant de démouler.
6. Préparer la sauce avocat en mixant les avocats, la coriandre, la mayonnaise, le curry et le jus de citron. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
7. Napper les tranches de terrine de la sauce avocat au moment de servir.

Bon appétit!