

# SALADE BLEU NOIX FIGUES REVISITEE

*texture  
modifiée*



## VALEURS NUTRITIONNELLES

Pour 1 personne

Protéines	Lipides	Glucides	Kcal
10	54	25	622

## INGRÉDIENTS : 2 PERSONNES

- 1 avocat
- 4 figes rouges ou blanches
- 6 noix concassées
- 40g de fromage type bleu d'auvergne
- 1 filet d'huile de noix
- 2 c.à.s de poudre de noix

## RECETTE – FACILE 5 MIN

- **Moulinez l'avocat avec la poudre de noix, le fromage et le filet d'huile de noix**
- **Moulinez** les figes
- **Passez** la préparation au tamis si nécessaire
- **Placez** la crème d'avocat au fond d'une verrine, ajouter la compotée de fige par-dessus.

## MATÉRIEL

Planche à découper,  
couteaux, verrine ou bol,  
mixeur, tamis