

Avocats gratinés au parmesan



Entrée **Facile**

Pour : 2 personnes

Préparation : 10 mn

Cuisson : 5 mn

Une recette originale et rapide pour déguster un avocat chaud.

Ingrédients

- 1 avocat
- 1 oignon rouge
- 3 cs de parmesan
- 2 cs d'huile d'olive
- jus de citron - à doser à votre convenance
- 1 cs de persil
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Dans un récipient, mélangez l'oignon rouge émincé, le parmesan, le persil et l'huile d'olive.
- 2 Coupez l'avocat en 2, enlevez le noyau et arrosez-le de jus de citron.
- 3 Assaisonnez l'avocat de sel et de poivre.
- 4 Remplissez la cavité du noyau avec la garniture et déposez une couche légère sur le reste de l'avocat.
- 5 Placez les demi-avocats dans des petits plats allant au four. Faites griller sous le gril du four environ 5 minutes jusqu'à ce que le dessus soit doré. Surveillez bien !

Proposé par



La Guillaumette

La Guillaumette, c'est moi! une lorraine devenue charentaise à l'heure de la retraite. Une de mes passions est de mijoter de bons petits plats. Mais j'en ai bien d'autres. Venez à ma rencontre en visitant mon blog "**LA GUILLAUMETTE**". Ainsi, nous ferons connaissance.

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

