

**FACILE**

Pour **8** personnes  
**25** min de préparation  
**24** h de dessalage  
**10** min de pochage  
Coût €€

MENU du  
28/05

## FÉROCE D'AVOCAT

*2 avocats*

300 g de morue salée séchée • 1 gros avocat • 2 citrons verts • 1 gros oignon • 4 gousses d'ail • ¼ de piment antillais • 5 cl d'huile d'arachide • 3 cuil. à soupe de farine de manioc granuleuse • Sel

*Matériel de préparation*

Casserole • Passoire • Mixeur • Presse-citron • Gants en plastique jetables pour manipuler le piment

La veille : plongez la morue dans un grand saladier rempli d'eau froide. Laissez-la dessaler 24 h en changeant l'eau deux ou trois fois.

Si vous ne pouvez dessaler la morue la veille, plongez-la dans une casserole d'eau froide. Amenez l'eau à frémissement et faites pocher la morue pendant 2 à 3 min. Répétez cette opération deux fois, cela vous permettra de cuire la morue et de la dessaler en même temps. Ne laissez surtout pas bouillir l'eau, car elle fixerait le sel dans la chair du poisson.

Le jour même : mettez la morue dans une casserole d'eau froide et amenez à la limite de l'ébullition. Faites pocher dans l'eau à peine frémissante pendant 10 min, puis mettez la morue dans la passoire et rincez-la sous l'eau froide. Retirez peau et arêtes, pressez la morue entre vos mains pour éliminer l'excédent d'eau, puis émiettez-la bien. Réservez.

Coupez l'avocat en deux, ôtez-en le noyau et évidez-le. Mettez la chair dans le bol du mixeur. Pressez les citrons verts et versez le jus dans le bol du mixeur. Ajoutez ensuite l'oignon épluché et coupé en morceaux, les gousses d'ail pelées, le quart de piment et l'huile. Ajoutez enfin la morue. Mixez le tout jusqu'à ce que vous obteniez une pâte homogène et fine.

Mettez la préparation obtenue dans une jatte, ajoutez la farine de manioc. Mélangez. Vérifiez l'assaisonnement ; ajoutez du sel si nécessaire. Mélangez bien, puis conservez au réfrigérateur jusqu'au service. Accompagnez le féroce d'avocat froid de tranches de pain et d'une salade de concombre.