

Bagel au crabe et au Brugge Mi-Vieux

Ingredientien:

- ½ avocat
- ½ tomate
- quelques brins de ciboulette
- 1 c à s de yaourt
- le jus d' ½ citron
- poivre et sel
- 30 g de chair de crabe (en boîte)
- 1 bagel
- 30 g d'haricots edamame (ou fèves ou haricots princesse)
- ½ tranche de Brugge Mi-Vieux, sans croûte

Préparation:

- Pelez l'avocat, ôtez le noyau et écrasez finement la chair à la fourchette.
- Epépinez les tomates et coupez-la en dés. Ciselez la ciboulette.
- Mélangez les tomates, le yaourt, le jus de citron, la ciboulette et l'avocat. Salez et poivrez. Ajoutez délicatement le crabe.
- Grillez le bagel et ouvrez-le en deux. Tartinez 1 moitié avec le mélange au crabe.
- Posez dessus les haricots edamame et le Brugge Mi-Vieux.
- Recouvrez de l'autre moitié de bagel.

1 personen

20 min

Lunch

1.5

Source: <https://www.bruggefromage.be/recettes/bagel-au-crabe-et-au-brugge-mi-vieux>