

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 98  
  
**Rubrik:** Recette : mousse d'avocat et de saumon fumé

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Les bonnes recettes de Mamie

Elles donnent envie rien qu'à les regarder. On imagine déjà le parfum de ces plats goûtés dans notre cuisine. Tirée de *Les bons petits plats de Mamie*, paru aux Editions Larousse, cette recette réglera vos papilles et celles de vos invités.



# Mousse d'avocat et de saumon fumé

POUR 4 PERSONNES

Préparation: 15 minutes

### INGRÉDIENTS

#### POUR LE SAUMON

- 200 g de saumon fumé coupé en petits morceaux
- Quelques brins de ciboulette ciselée
- 2 cs d'huile d'olive
- Le jus d'un 1/2 citron vert
- Sel et poivre

#### POUR LA MOUSSE D'AVOCAT

- 4 petits avocats mûrs
- 3 yaourts brassés nature
- Le jus du 1/2 citron vert
- 1 petit bouquet de cerfeuil effeuillé

### PRÉPARATION

Préparez la mousse d'avocat. Coupez les avocats en deux, ôtez leur noyau et prélevez leur chair. Mixez celle-ci avec les yaourts, le cerfeuil, le jus de citron, le sel et le poivre.

Mettez la mousse dans un saladier, recouvrez de film alimentaire et placez au réfrigérateur.

Mélangez le saumon et la ciboulette, ajoutez l'huile, puis le jus de citron, le poivre et mélangez.

Répartissez la mousse d'avocat dans quatre verres et disposez dessus des morceaux de saumon fumé. Présentez bien frais.

POUR **SKIEURS DÉBUTANTS** AU PAS DE MAIMBRÉ À ANZÈRE

## FORFAIT DE SKI À L'ESPACE DÉCOUVERTE À 2'362M

- > CHF 10.- ENFANT 6-15 ANS
- > CHF 15.- JEUNE 16-25 ANS
- > CHF 20.- ADULTE

INFO: ANZERE TOURISME  
027 399 28 00 | INFO@ANZERE.CH

1 JOUR DÈS  
SEULEMENT  
CHF **10.-**  
PAR ENFANT



**anzère**  
VALAIS SWITZERLAND