



Dip 7 couches à base de chips tortillas



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

1 petit bocal de crème aigre
1/4 laitue iceberg (finement coupée)
1 boîte de haricots rouges (égouttés)
2 avocats (concassés)
sel et poivre
1 citron vert (jus)
1 bouquet de coriandre (ciselée)
100 grammes de cheddar (ou de vieux bruges, râpé)
2 tomates (coupées en dés)
1 oignon rouge (émincé)
huile d'olive
chips tortillas

Méthode de préparation

- 1.** Prenez un bol en verre et disposez-y sept couches d'ingrédients.
- 2.** Commencez par la crème aigre. Disposez la salade iceberg par-dessus, puis les haricots rouges. Mélangez les avocats concassés avec le poivre, le sel, le jus de citron vert et la coriandre ciselée. Recouvrez les haricots de ce mélange.
- 3.** Râpez par-dessus du cheddar.
- 4.** Mélangez les tomates avec l'oignon émincé, le poivre, le sel et un peu d'huile d'olive. Disposez ce mélange par-dessus le fromage.
- 5.** Accompagnez le tout de chips tortillas. Le but est de « tremper » les chips dans le bol. Toutes les couches se mélangent alors, pour former un délicieux dip.
- 6.** Conseil: Vous pouvez également vous servir de petits pots individuels.



- 7.** Conseil: Vous pouvez adapter vous-même le contenu des 7 couches à votre guise, en utilisant par exemple du maïs, des olives émincées, du Philadelphia à la place de la crème aigre, un mélange de haricots au lieu d'une variété séparée, des oignons de printemps, des piments jalapenos.