

Pomazánka z avokáda s chilli



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 10min , Porce: 2

38 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/pomazanka-z-avokada-s-chilli>

Příprava

Avokádo rozpůlíme, vyjmeme pecku a dužinu vydlabeme. Papriku a cibuli nakrájíme na kostičky, česnek prolisujeme. Poté všechny ingredience vhodíme do mixéru a rozmixujeme dohladka. Podáváme s čerstvým pečivem.



Tip k receptu

Pomazánka je výborná, pokud ji namažeme na nejlépe čerstvé bílé pečivo a přiklopíme plátkem šunky nebo sýra.

Ingredience

- ✓ 2 avokáda
- ✓ 20 ml citronové šťávy
- ✓ 1 cibule
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 1/2 červené papriky (kapie)
- ✓ špetka soli

Kategorie

Výjimečný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Něco extra, Labužník, Pomazánka