

# Zdravé mexické guacamole



Obtížnost:     

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 10min , Porce: 4

0 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/zdrave-mexicke-guacamole>

## Příprava

Avokáda si očistíme a vidličkou roztlačíme. Přidáme nadrobno nakrájená rajčata a asi  $\frac{3}{4}$  cibule - rajčata můžete klidně zbavit slupky, ale nemusíte. Dále přidáme nadrobno nakrájený česnek a šťávu z jednoho citronu / limetky. Na závěr dochutíme solí a pepřem. Zbylou  $\frac{1}{4}$  cibule posypeme již hotové quacamole.

## Ingredience

- ✓ 2 avokáda
- ✓ 3 rajčata
- ✓ 1 červená cibule
- ✓ 1 celý česnek
- ✓ 1 citrón
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře

## Kategorie

Vegetariánská, Ovoce, Vegetarián, Omáčka

