

Sałatka z awokado , dyni i żurawiny.



SMACZNA_B



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

awokado	1 szt
dynia	50 g
żurawina suszona	1 łyżka
oliwa	2 łyżki
miód	1 łyżeczka
sok z cytryny	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Awokado kroimy wzdłuż na pół , wydrążamy środek za pomocą łyżeczki. Skórkę zostawiamy.
- KROK 2 Mięszk kroimy na małe kawałki.
- KROK 3 Dynię gotujemy do miękkości , kroimy na małe kawałki.
- KROK 4 Dynię i awokado mieszamy razem .
Z oliwy , miodu i soku robimy dressing.
- KROK 5 Skórkę awokado napełniamy farszem , polewamy dressingiem , posypujemy żurawiną.