



Awokado z dressingiem

 Mateusz95

Polecane na: [przystawki i przekąski](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [bałkańska](#)

Warto wiedzieć:

 5 min

 1 porcja

Składniki:

dojrzałe awokado - 1 szt.
pestki dyni - 1 łyżka
nasiona słonecznika - 1 łyżka

ocet balsamiczny bezglutenowy - 1 łyżka
olej lniany - 1 łyżeczka
sól, pieprz, zielenina - - szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Awokado obierz, przekrój w pół, wyjmij pestkę i przełóż na talerz. Pestki dyni i słonecznika podpraż na suchej patelni dla uzyskania intensywniejszego smaku. Dodaj do awokado. Polej sałatkę dressingiem z octu balsamicznego i oleju lnianego. Opcjonalnie udekoruj zieleniną dla świeżości i dodatkowego smaku.