




Dieta bezśluzowa - sałatka lunchowa 2

 Konstancja Alicja

Polecane na: [sałatki](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 2 porcje

Składniki:

awokado - 2 szt.
cebula czerwona - 1/2 szt.
sok z cytryny - 3 łyżka
pomidor malinowy - 1 szt.

oliwki czarne - 1 słoik
doniczka kolendry - 1 szt.
ostre papryczki w zalewie ze słoika
- kilka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Przygotuj guacamole, które posłuży za dressing. W tym celu obierz awokado i wrzuć do miseczki. Następnie dodaj do niej drobno posiekaną cebulę oraz 2 łyżki soku z cytryny. Wszystko rozgnieć widelcem i wymieszaj.

KROK 2: Umyj i pokrój pozostałe składniki na preferowane przez Ciebie kawałki. Wrzuć do miski.

KROK 3: Wymieszaj sałatkę z guacamole.