




Pasta z awokado z czosnkiem niedźwiedzim

 Nikita

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

Kuchnia (region): [arabska](#), [niemiecka](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 1 porcja

Składniki:

awokado - 1 szt.

czosnek niedźwiedzi świeży liście -
25 g

cebula dymka - 1 szt.

śmietana gęsta 18% - 1 łyżka

sól i pieprz - - do smaku

oliwa z oliwek - 1 łyżka

sok świeżo wyciśnięty z cytryny -
1/2 łyżeczka

syrop z agawy - 1/3 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cebulę dymkę i czosnek niedźwiedzi posiekać, przełożyć do blendera (malaksera). Dodać śmietanę, oliwę, awokado, sól, pieprz, sok z cytryny i syrop z agawy, zmiksować. Pastę (krem) z awokado z niedźwiedzim czosnkiem podawać z ziemniakami, pieczywem, makaronem.