
Kalafior z sosem avocado

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2039 razy.

SKŁADNIKI:

- * 1 średni kalafior
- * 2 avocado
- * 1 jogurt naturalny
- * 2 łyżki oliwy
- * 4 łyżeczki soku z cytryny
- * sałata, rzodkiewki
- * 1/4 sos Tobasco
- * sól, pieprzy

PRZYGOTOWANIE:

- * Kalafior umyć , włożyć do osolonego wrzątku i gotować , aż będzie miękki. Osączyć , wyłożyć na duży półmisek na liście sałaty. Polać oliwą.
- * Avocado obrać , wyjąć pestki. Zmiksować z sokiem z cytryny i 3 kroplami sosu Tobasco. Posolić i popieprzyć do smaku.
- * Częstki kalafiora podawać na liściu sałaty. Przybrać rzodkiewką i poleć sosem.