

---

# Kalafior z sosem avocado

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2016 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.