



Vaječný šalát s avokádovým dresingom

Ingrediencie

- 60 g vajce
- 150 g červená paprika
- 200 g avokádo
- 1 Limetová šťava, surová
- 1 lyžica med
- 90 g voda
- 1 g čierne korenie
- 0.5 lyžička MAGGI Harmónia chuti

Postup

1. Vajcia uvarte natvrdo, olúpte a nakrájajte. Papriky umyte, zbavte semienok a bielej šupky a nakrájajte na malé kocky.
2. Na avokádový dresing: Avokádo rozpoľte, odstráňte jadrovník a olúpte. Vytvorte avokádové pyré rozmixovaním avokáda, šťavy z limetky, korenia Maggi, medu a vody tyčovým mixérom. Dochuťte čiernym korením. Vajcia a papriku zmiešame s avokádovým dresingom.
3. Podávame na poriadnom ražnom chlebe.

sacharidy	12.18 g
energie	133.21 kcal
tuky	8.9 g
proteín	3.38 g

🕒 21

⊕ 4