

Rybí pomazánka s avokádem

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Avokádo 1 ks
- Sardinky v oleji 1 ks
- Cibule 1 ks
- Citrón 1 ks
- Nízkotučný tvaroh 200 g
- Rajče a čerstvé papriky 4 ks
- Pažitka 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Avokádo oloupáme a rozmačkáme, přidáme tvaroh a rybičky a společně vyšleháme nebo vymícháme. Ochutíme solí a citronovou šťávou, vmícháme krájenou cibulku a pažitku.

Na tmavém pečivu obložíme pomazánku plátky rajčat a papriky.