

Rybí pomazánka s avokádem

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- avokádo 1 ks
- sardinky v oleji 1 ks
- cibule 1 ks
- citron 1 ks
- nízkotučný tvaroh 200 g
- rajče 4 ks
- paprika 4 ks
- pažitka 1 svazek
- sůl 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

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

Poznámka:

Na tmavém pečivu obložíme pomazánku plátky rajčat a papriky.