

Rybí pomazánka s avokádem

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Sardinky v oleji 1 ks
- Avokádo 1 ks
- Pažitka 1 lžíce
- Měkký tvaroh 200 g
- Citrón 1 ks
- Cibule 1 ks
- Zelená paprika 2 ks
- Rajče 4 ks
- Sůl 1 ks

Doba přípravy: 15 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.

Rybí pomazánku s avokádem ochutíme solí a citronovou šťávou, vmícháme krájenou cibulku a pažitku.

Celozrnné pečivo rybí pomazánkou s avokádem namažeme a obložíme plátky rajčat a papriky.