

SAŁATKA Z AWOKADO

7 ZIAREN



Sposób

na zimno

Składniki

- opakowanie Monini RICE&MORE 90sek. 7 ziaren
- 1 łyżka Octu Winnego Czerwonego Monini
- 1 łyżka oliwy extra vergine GranFruttato Monini
- 1 ząbek czosnku
- 200g szpinaku baby
- 1 awokado
- garść pomidorków koktajlowych
- pęczek koperku
- garść uprażonych pestek dyni
- 5 g miodu

Przygotowanie

Czosnek obierz i drobno posiekaj. Obierz awokado, pozbądź się pestki i pokrój w kostkę. Pomidorki koktajlowe pokrój w ćwiartki, koperek posiekaj. Przygotuj dressing: wymieszaj dokładnie miód, czosnek, ocet winny czerwony i oliwę GranFruttato. Ziarna **RICE&MORE** wymieszaj ze szpinakiem, koperkiem, solą i pieprzem. Dodaj awokado, pomidorki, uprażone pestki dyni, dressing i porządnie wymieszaj*.

*danie można też przygotować w lunchboxie na później - wtedy nie mieszamy składników.

Smacznego!



THE BEST OIL & MUCH MORE!

więcej na www.monini.pl i na [f/monini.polska](https://www.facebook.com/monini.polska)