



Těstovinový salát s tuňákem a avokádovou majonézou

Ingredience

vejce: **2** ks
těstoviny: **150** g
avokádo: **1** ks
bílý jogurt : **2** PL
mražený hrášek: **60** g
tuňák v konzervě: **100** g
červená cibule: **1** ks
olivový olej
citronová šťáva
mletá paprika
sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

Těstoviny uvaříme podle návodu al dente. Vejce vložíme do vroucí vody a vaříme 8 minut, zchladíme a oloupeme. Mezitím si rozpůlíme avokádo a vydlabeme dužinu. Avokádovou rozmixujeme dohladka s bílým jogurtem, lžící olivového oleje a kapkou citronové šťávy. Avokádovou majonézu dochutíme solí a...

Těstovinový salát s tuňákem a avokádovou majonézou - recept

Těstoviny uvaříme podle návodu al dente. Vejce vložíme do vroucí vody a **vaříme 8 minut**, zchladíme a oloupeme. Mezitím si rozpůlíme avokádo a vydlabeme dužinu. Avokádovou **rozmixujeme dohladka** s bílým jogurtem, lžící olivového oleje a kapkou citronové šťávy. Avokádovou majonézu dochutíme solí a pepřem.

Povolený hrášek, smícháme s nakrájenou červenou cibulí, přidáme uvařené těstoviny, tuňáka z konzervy a avokádovou majonézu. Důkladně promícháme, případně dosolíme a zakápneme citronovou šťávou.

Těstovinový salát s tuňákem a avokádovou majonézou podáváme s nakrájenými vejci a posypeme mletou paprikou.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí