



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AVAKADOLU KANEPELER

4 dilim kepek ekmeđi
1 adet avokado
Yarım limonun suyu
1 çorba kaşığı rendelenmiş yağsız beyaz peynir

Kepek ekmeği dilimlerinin üzerinden, çay bardağıyla yuvarlak şeritler çıkaralım. Avokadonun kabuklarını soyalım. Limonlu suda birkaç dakika haşlayalım. Ezerek püre haline getirelim. Rendelenmiş beyaz peynirle karıştıralım. 4 adet küçük kanepenin üzerine hazırladığımız püreyi koyalım. Üzerlerine kalan 4 küçük kanepelyi kapatıp, dilerseñiz salata ile servis yapalım.

