



AVOKADOLU ÇİYALI TOST

- 1/4 avocado (robotta ezilmiş veya rendelenmiş)
- 1 dilim tost ekmeđi
- 1 adet haşlanmış yumurta (dilimlenmiş)
- 1/2 çay kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı limon suyu
- 1 çay kaşığı Chia Tohumu (haşlanmış-pişirilmiş)
- Tuz
- Karabiber

Robotta ezilmiş veya rendelenmiş avokadoyu tost ekmeğinin üzerine düz bir şekilde sürün. Üzerine yumurtayı dilim dilim ekleyin. daha sonra zeytinyağı ve limon suyunu üzerinde gezdirin. Son olarak chia tohumlarını, istediğiniz miktarda biber ve tuzla birlikte gezdirin. Acovadolu Chia Soslu tostunuz hazır.

