



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AVOKADOLU TAVUK SALATASI

1 adet tavuk göğsü, haşlanmış
1 adet salatalık
2 adet patates, haşlanmış
Tuz, karabiber
1 adet avokado, küp küp doğranmış
2,5 yemek kaşığı limon suyu
Zeytinyağı
1 çorba kaşığı mayonez
Aldığı kadar İçim Yoğurt
Tuz

Haşlanmış tavuk göğüslerini kuş başı doğrayın ve küp küp doğradığınız salatalık ve patateslerle harmanlayın. Bir adet avokadoyu kabuğunu bozmadan içini çıkarın ve küçük küpler halinde kesin. Diğer malzemelerle karıştırıp dilediğiniz kadar tuz ve karabiber ekleyin. İçim Yoğurt'u da ekleyin ve karıştırın. Tüm salata malzemesini sakladığınız avokado kaplarının içine yerleştirin.

