



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

AVOKADO TOSTU

<https://www.milliyet.com.tr>

Yarım avokado
2 dilim tam buğday ekmeđi veya glütensiz ekmeđ
1 çay kaşığı limon suyu
1 çay kaşığı zeytinyağı
1 dilim lor peyniri
5 adet çeri domates
4 dal maydanoz
Tuz
Pul biber

Avokadoyu ikiye bölün ve çekirdeksiz kısmının kabuğunu soyun. Bir kase içerisinde avokadoyu püre haline gelecek şekilde ezin. Üzerine sırasıyla limon suyu, lor peyniri, doğranmış çeri domatesleri, tuz ekleyin ve karıştırın.

Ekmeđleri kızartın, kızaran ekmeğlerin üzerine çok az zeytinyağı gezdirin ve pul biberi serpin. Avokado karışımını ekmeğlerin üzerine sürün ve maydanoz ile süsleyin.

