



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FIRINDA AVOKADOLU YUMURTA

2 adet olgunlaşmış avokado
1 adet kırmızı biber
20 gram rendelenmiş kaşar
4 adet yumurta
Dilediğiniz baharat ve tuz

Olgunlaşmış avokadoların etrafındaki kabukları soyun.
Tam ortadan ikiye bölün ve arasına çok az kaşar koyun.
Bir parça kırmızı biber kesip ilave edin.
Üzerine birazda zeytinyağı döküp avokado çekirdeğini çıkardığınız deliğin tam orta yerine yumurtayı kırın.
Her avokadoyu bu süreçte hazırlayın.
Bir tepsiye yağlı kağıt serip fırını 200 derecede açın.
Avokadoları tepsiye yerleştirip üzerine çok az miktarda yeniden kaşar döküp fırına verin.
Ortalama 15 - 18 dakika bekleyin.
Fırından çıkartıp servis etmeye hazırlanın.

