

Čočkový salát s avokádem

Počet porcí: 3

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Čočku (1 hrnek) uvaříme podle návodu na obalu. Vodu z čočky slijeme, čočku propláchneme studenou vodou a odložíme zatím stranou. Avokádo nakrájíme na menší kostičky a vmícháme do čočky. Přidáme limetkovou šťávu, nakrájené lístky máty, olivový olej a zakysanou smetanu. Na závěr dochutíme solí a špetkou mletého chilli. Salát se výborně hodí k pečenému filetu z lososa.

Ingredience

- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Paprika červená chilli** - 3 g
- **Máta peprná** - 5 g
- **Olivový olej** - 10 g
- **Limetky** - 20 g
- **Avokádo** - 150 g
- **Jihočeská zakysaná smetana 18 % 180 g** - 90 g
- **Lagris čočka zelená 500 g** - 250 g

