



СЭНДВИЧ С АВОКАДО, БЕКОНОМ И ГЛАЗУНЬЕЙ

Когда утром хочется порадовать любимого, который наконец приехал на отдых... можно и немного потрудиться!

Понадобится:

хлеб цельнозерновой со злаками - 4 ломтика
авокадо мягкое - 1 штука
натуральный йогурт - 1 столовая ложка
яйца - 2 штуки
бекон - 4 слайса
люцерна, микрогрин редиски для украшения
соль и перец

Приготовление:

Ломтики хлеба обжарь на сухой сковороде.
Авокадо очисти от кожицы и разотри вилкой. Добавь йогурт и с помощью блендера преврати в пасту. Посоли и поперчи.



Выложи пасту из авокадо на каждый ломтик хлеба. Поджарь яичницу и бекон. На один ломтик хлеба уложи яичницу и микрогрин редиса, и накрой вторым ломтиком на который выложи бекон и люцерну.



www.sifood.com.ua - Сэндвич с авокадо, беконом и глазуньей