

Čiizikadooo (^_^)

Meka, slasna, zdravomasna krema u kojoj se vole avokado i svježi sir... desert s pomakom ili odličan namaz za vaša fit jutra. ;)



Sastojci:

- 1 zrel avokado
- 2 žlice meda
- 3 žlice svežeg posnog sira (skute)
- 1-2 žlice limoncella (ili limunovog soka i malo vanilije)

Priprema:

1.

Sir/skutu ocijedite ako je potrebno. Avokado ogulite, uklonite sjemenku pa ga narežite na komadiće i prelijte limoncellom. Nimate li limoncello ili ne želite koristiti liker, dodajte žlicu-2 limunovog soka i malo arome vanilije.

2.

Avokado prelijte medom i dobro izmiksajte (ovdje štapnim mikserom, a može i u blenderu). Dodajte sir pa miksajte dok ne dobijete ravnomjernu kremu. Kremu držite poklopljenu u hladnjaku do posluživanja.

Napomene: Poslužite samostalno ili uz sezonsko voće, kao slatki namaz isl. Koristila sam Vindijin posni svježi sir s probiotikom; stavila sam 3 umjereno pune žlice. Omjer avokada i sira prilagodite svom ukusu, jednako kao količinu meda (ili zaslađivača po želji); nama su 2 žlice meda bile sasvim dovoljno. Recept je napisan 26.01.2011.