

Avokádo s jablky a konopím

Lahodný dip z avokáda, jablek a konopí. Skvěle se hodí na party i k namazání na chleba.

Složení:

avokádo (2 ks)
červená jablka (2ks, nakrájená na kostičky)
loupané konopné semínko
rozinky (1 hrst)
konopný olej
citrónová šťáva (z půlky citrónu)
řapíkatý celer (nakrájený nadrobno)

Příprava: Avokáda rozkrojte napůl a vydlabejte dužninu. Dejte pozor, abyste nepoškodili slupku. Dužninu rozmačkejte a zakapejte citronovou šťávou (zabrání zhnědnutí).

Promíchejte nakrájená jablka, celer, konopná semena, rozinky a avokádo s olejem a skořicí. Směsí naplňte vydlabané půlky avokáda a obložte namočenými rozinkami, konopnými semínky a plátkem jablka.