

INGRÉDIENTS 4 PORTIONS 20 MIN FACILE

1 paquet de Vuna Garden Gourmet
2 avocats mûrs
1 tomate
Germe
½ petit oignon rouge
1 cuillère à café de crème fraîche
1 citron vert
du cresson
un peu de coriandre
sel
poivre
graines de sésame noir

Tu cherches quelque chose de rapide et savoureux? Aucun problème! Essaie sans plus attendre notre recette végétarienne d'avocats au Sensational Vuna!

PRÉPARATION**1. Préparation de la farce**

Hache l'oignon et coupe la tomate en cubes. Hache la coriandre. Mélange les trois ingrédients avec le Vuna.

2. Préparez les avocats

Coupe les avocats en deux, retire le noyau et retire délicatement la peau. Saupoudre les avocats de jus de citron vert et saupoudre légèrement de sel et de poivre.

3. Farcir et garnir les avocats

Remplis les avocats avec le mélange Vuna et garnis de différentes pousses et de cresson. Saupoudre ensuite de graines de sésame.

**DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR
GARDENGOURMET.CH/FR**