

# Salată de Avocado cu Pesmet Aromat – Ușor de făcut, greu de uitat



## Salată cu Avocado



Astăzi îți propun o **salată rapidă**, dar **rafinată**: avocado cu pesmet aromat – combinația perfectă între **cremos și crocant**.

Pesmetul aromat cu usturoi, ierburi și un strop de ardei iute transformă totul într-un preparat **simplu, dar spectaculos**.

Ingredientele sunt mai jos în descriere, iar rețeta pas cu pas este prezentată în video.

- 100-150 g roșii cherry
- 1 avocado
- 150 g porumb
- 5 fire ceapă verde
- 5 felii de pâine
- 3-4 crenguțe de cimbru lămâios
- 1 lămâie
- 1 ardei iute
- 1 legătură pătrunjel

▪ 3-4 g sare

1. Rupem 5 felii de pâine (integrală sau albă) în bucăți mici și le punem în robot. Adăugăm frunzele de pe câteva crenguțe de cimbru lămâios, puțină coajă de lămâie rasă, un sfert de ardei iute (fără semințe), o legătură de pătrunjel (cu tot cu tulpini) și 0.5 linguriță sare. Mixăm totul până obținem un pesmet aromatizat.
2. Tăiem mărunt 5 fire de ceapă verde și le punem într-un bol. Tăiem o mână de roșii cherry în sferturi și le adăugăm în bol. Curățăm doi avocado bine copti, îi scoatem cu lingura și îi tăiem în bucăți mari, apoi îi punem peste celelalte ingrediente.
3. Adăugăm 150 g porumb dulce din conservă (scurs), apoi 2-3 g sare, sucul de la o lămâie și puțin piper proaspăt râșnit.
4. Adăugăm pesmetul aromatizat și amestecăm ușor. Lăsăm câteva minute pentru ca pesmetul să absoarbă lichidul din roșii, porumb și avocado.
5. Potrivim de sare, lămâie și piper după gust și servim.