

## Салат из огурцов, авокадо и лимона

Автор: Мухаббат

24.06.2013 09:28 - Обновлено 24.06.2013 09:30

---



***Очень простой в приготовлении салат. Бархатистый вкус авокадо отлично сочетается с хрустящими огурцами, а лимон придаёт салату нотку прохлады и летней свежести. Можно также подать этот салат в качестве гарнира к отварному или жареному мясу.***

## **Салат из огурцов, авокадо и лимона**

Автор: Мухаббат

24.06.2013 09:28 - Обновлено 24.06.2013 09:30

---

### **ИНГРЕДИЕНТЫ:**

**3 хрустящих свежих огурца**

**1 лимон**

**1 спелое, но не мягкое авокадо**

**соль**

**молотый чёрный перец**

**7 стеблей зелёного лука**

**оливковое масло «extra virgin»**

### **ПРИГОТОВЛЕНИЕ:**

## Салат из огурцов, авокадо и лимона

Автор: Мухаббат

24.06.2013 09:28 - Обновлено 24.06.2013 09:30

---

Лимон вымыть, обтереть бумажным полотенцем. Цедру натереть на мелкой тёрке. Затем срезать острым ножом кожуру так, чтобы была видна мякоть. Вырезать филе лимона по долькам между плёнками и нарезать филе кубиками. Из оставшейся сердцевины выжать сок.

Авокадо вымыть, разрезать напололам, удалить косточку, затем срезать кожуру. Мякоть нарезать кубиками. Выложить в чашку, добавить лимонный сок с мякотью лимона и перемешать.

Стебли зелёного лука вымыть и мелко нарезать.

Огурцы вымыть, обтереть бумажным полотенцем, разрезать напололам и нарезать тонкими половинками кружков. Добавить огурцы к авокадо с лимоном, посыпать зелёным луком, посолить и поперчить, приправить оливковым маслом и хорошо перемешать.

## Салат из огурцов, авокадо и лимона

Автор: Мухаббат

24.06.2013 09:28 - Обновлено 24.06.2013 09:30

---



{comments on}