

Insalata di Avocado Vegana



TEMPI DI PREPARAZIONE 15 minuti

TEMPO DI COTTURA 0

Ingredienti per 4 persone

- / 2 avocado
- / 40 g. di radicchietto verde
- / 4 falde di pomodori secchi sott'olio, ben sgocciolati
- / succo di limone
- / 1 cucchiaio di OLIO DI SOIA VALSOIA
- / 2 cucchiaini di MAIONESE SENZA UOVA VALSOIA
- / Pepe (facoltativo)

Procedimento

1. Dividete a metà gli avocado, eliminate il nocciolo, prelevate da ogni metà 2 cucchiaini di polpa, tagliatela a pezzetti e spruzzatela con poco succo di limone.
2. Tritate grossolanamente i pomodori secchi e metteteli in una ciotola.
3. Lavate il radicchietto, mescolatelo ai pomodori, unite la polpa di avocado.
4. Emulsionate l'OLIO DI SOIA VALSOIA con 1 cucchiaino di succo di limone e un poco di pepe, se lo gradite.
5. Emulsionate l'OLIO DI SOIA VALSOIA con 1 cucchiaino di succo di limone e un poco di pepe, se lo gradite.
6. Distribuite l'insalatina nei 4 mezzi avocado e servite.