

Αβοκαντέζα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Photo credit: G. Drakopoulos

Συστατικά

- 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 3 σκελίδες σκόρδο
- 2 αβοκάντο ώριμα
- ελαιόλαδο
- αλάτι
- πιπέρι
- λίγο μπούκοβο
- χυμό και ξύσμα απο 1-2 λάιμ
- 1 κ.σ. ξύδι
- φρέσκο κόλιανδρο προαιρετικά

Clock Image not found or type unknown

10 λεπτά

Χρόνος Εκτέλεσης

Shares Image not found or type unknown

4

Μερίδα/ες

Difficulty

Image not found or type unknown

1

Βαθμός Δυσκολίας

Μέθοδος Εκτέλεσης

- Σοτάρουμε σε ένα τηγάνι σε λίγο ελαιόλαδο το κρεμμύδι με το σκόρδο να μαραθούν καλά.
- Μεταφέρουμε σε ένα μπλέντερ και χτυπάμε μαζί με τα αβοκάντο, το αλάτι, το πιπέρι, το μπούκοβο, τον χυμό και το ξύσμα από το λάιμ, το ξύδι και τον κόλιανδο.
- Προσθέτουμε σιγά-σιγά ελαιόλαδο όσο χρειάζεται για να γλυκάνει και να έχει το μείγμα μας ωραία υφή.
- Σερβίρεται με πίτες ή κριτσίνια.

Tip

Ελαιόλαδο και λάιμ μπορούμε να προσθέσουμε όσο θέλουμε εξαρτάται από το γούστο μας!

Πηγή: