

19 Δεκεμβρίου 2017

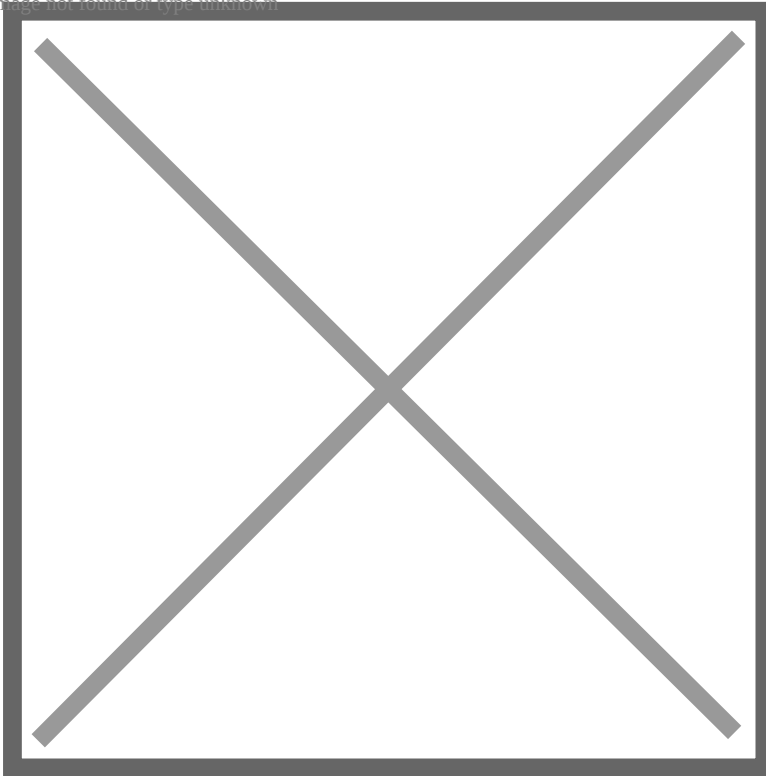
Αβοκάντο με ρύζι

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γλυκά & Εδέσματα

Image not found or type unknown



Image not found or type unknown



ΕΚΤΕΛΕΣΗ :

Βράζουμε το ρύζι με τα λαχανικά και το αλάτι και το σουρώνουμε. Το ξεπλύνουμε με ζεστό ή κρύο νερό , για να φύγει η κόλλα του.Καθαρίζουμε το αβοκάντο και το κόβουμε σε κύβους.Κατόπιν το ανακατεύουμε με το ρύζι. Το φαγητό είναι έτοιμο. Αν μας αρέσουν, μπορούμε να προσθέσουμε λίγα μαυρομάτικα φασόλια.

ΥΛΙΚΑ :

μισό κιλό ρύζι κίτρινο

1 φάκελος με διάφορα κατεψυγμένα λαχανικά και αρακά

άνηθος ή άλλο μυρωδικό της αρεσκείας μας

1-2 αβοκάντο ώριμα

1 φλιτζάνι μαυρομάτικα φασόλια (προαιρετικώς)

[Κάντε κλικ εδώ για όλα τα βιβλία της μοναστηριακής γαστρονομίας.](#)

Πηγή: monastiriaka.gr