OLIO CUORE

Avocado con pollo, cipolla rossa e maionese

E' buono e fa anche bene! L'avocado è il grande protagonista di questa ricetta.

Ingredienti

- Maionese Cuore
- 1 Avocado maturo
- Pollo arrosto avanzato
- Cipolla rossa
- Semi sesamo q.b.
- Erba cipollina q.b.
- 1 Limone

- **Persone: 2**

https://www.youtube.com/embed/zlX4T-cRBTA?rel=0

Preparazione

Tagliare a metà l’avocado, estrarre il seme con un coltello e bagnarlo subito con il limone per evitare che si ossidi e scurisca.

Affettare la cipolla rossa finemente e metterla in una ciotola piena di acqua per eliminare parte dell’acidità, rendendola così più digeribile.

Nel frattempo tagliuzzare in un’altra ciotola il pollo avanzato e condire con una generosa cucchiaiata di Maionese Vegetale Cuore.

Farcire il mezzo avocado con il pollo alla maionese, guarnire con la cipolla debitamente scolata e infine, decorare l’avocado con semi di sesamo ed erba cipollina.

La ricetta è stata preparata con:

Maionese Vegetale