

patê de abacate

Super intestino

● Total 10 minutos 4 porções

Ingredientes

ou	ou
4 colheres de sopa cheia picada de abacate	100 gramas de coentro
ou	ou
1 colher de sopa de molho Tahine	1 pitada de sal, cozinha [0 g]
ou	ou
1/2 unidade de suco de limão, cru [48 g]	1 dente de alho, cru [3 g] picado

Método de preparo

- 1 Bata os ingredientes em um mixer ou amasse com um garfo. Sirva com coentro