

## Z brokułów w sosie awokado

### Składniki

50 dag brokułów (mogą być mrożone), czerwona cebula, 2 nieduże ogórki kwaszone, 2 jaja ugotowane na twardo, łyżka prażonych pestek dyni.

Sos: dojrzałe awokado, pół szklanki jogurtu naturalnego, cukier, pieprz, sól



### Sposób przyrządzenia

Brokuły podzielić na różyczki, a łodygi pokroić w kostkę. Włożyć do osolonego i lekko posłodzonego wrzątku, gotować 5 min (mrożone 3 min). Odcedzić i ostudzić. Cebulę pokroić w piórka, ogórki kwaszone - w ćwierćplasterki, a jaja w ósemki. Brokuły ułożyć w salaterce i delikatnie wymieszać z cebulą i ogórkami kwaszonymi. Na wierzchu ułożyć cząstki jaj. Awokado obrać ze skórki, przepołować, wyjąć pestkę, a miąższ pokroić i zmiksować z jogurtem. Doprawić sos cukrem, pieprzem i solą, polać nim sałatkę. Posypać pestkami dyni.