

INGREDIËNTEN

1 pot Garden Gourmet Vuna
2 net rijpe avocado's
1 tomaat
1 kopje scheuten (alfalfa en rode
koolscheuten)
½ kleine rode ui
1 theelepel vegan zure room of crème
fraîche
1 limoen
1 plakje tuinkers
klein bosje koriander
zout
zwarte sesamzaadjes



Ben jij ook zo gek op avocado? Wij ook! Dit recept van gevulde avocado met Vuna, vegan tonijn, zet je in een handomdraai op tafel. Gewoon heerlijk en volledig vegan!

INSTRUCTIES VOOR BEREIDING

1. Maak de vulling

Snipper de ui en snijd de tomaat in blokjes. Hak de koriander. Meng de ui, tomaat, koriander en Vuna met wat vegan crème fraîche.

2. Bereid de avocado's

Halveer de avocado's, verwijder de pit en pel voorzichtig de schil van het vruchtvlees. Besprenkel de avocado's met limoensap en bestrooi licht met zout en peper.

3. Serveer het gerecht

Vul de avocado's met de Vuna-salade en garneer ze met verschillende scheuten en tuinkers. Bestrooi met sesamzaadjes.

[CHECK VOOR MEER RECEPTEN GARDENGOURMET.NL](https://www.gardengourmet.nl)