



Guacamole



Guacamole

Wanneer Joselien dit **guacamole** receptje maakt een meeneemt naar de Zuss & Sap kantine krijgen alle collega's spontaan **trek**! Echt een favoriet bij meerdere collega's, en wij snappen wel waarom! Een heerlijk, fris recept met **gezonde** ingrediënten. Eet deze **guacamole** als lunch met een volkoren cracker of als tussendoortje.

Ben je benieuwd naar meer gezonde **recepten**? Die hebben we voor je! [Je vindt onze recepten via deze link.](#)

ingrediënten

Ingrediënten

1 avocado

Een halve, kleine rode ui (of een stengel bosui)

Een teentje knoflook
(knoflookpoeder kan ook)

Een handje cherrytomaatjes

Naar eigen smaak peper en zout

bereidingswijze

1. Prak de avocado tot hij helemaal zacht is
2. Snij de tomaat en de ui in kleine stukjes en pers de knoflook met een knoflookpers
3. Voeg alle ingrediënten samen
4. Voeg als laatst de peper en zout toe naar smaak
5. En eet smakelijk!