ZUSS&SAP
100% natuurlijk

# Guacamole

Lunch, Ontbijt & Tussendoortje



# Guacamole

Wanneer Joselien dit guacamole recept maakt en 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 of ontbijt 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)

klein handje verse koriander (fijngehakt)

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 Voeg alle ingrediënten samen, inclusief de fijngehakte koriander.

4. Voeg als laatst de peper en zout toe naar smaak

5. En eet smakelijk!