

GUACAMOLE VEGANA E FUNCIONAL DA ANA

INGREDIENTES

1 abacate
1 tomate
1 colher de sopa de semente de mostarda
alho poró picado
1 cebola picada
pimenta dedo-de-moça sem semente (opcional)
salsinha, cebolinha ou coentro (opcional)
4 colheres de sopa de biomassa
10 azeitonas verdes picadas
azeite extra virgem
gersal

MODO DE PREPARO

Em uma vasilha, colocar todos os ingredientes menos o azeite e mixar.

Após mexer bem, acrescentar azeite e servir com Tortillas chips ou bolachas de arroz integral como na foto.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/38045-guacamole-vegana-e-funcional-da-ana.html>