

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 mexer.

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>