

**Zdravé jídlo–
Tuňák s
avokádem**



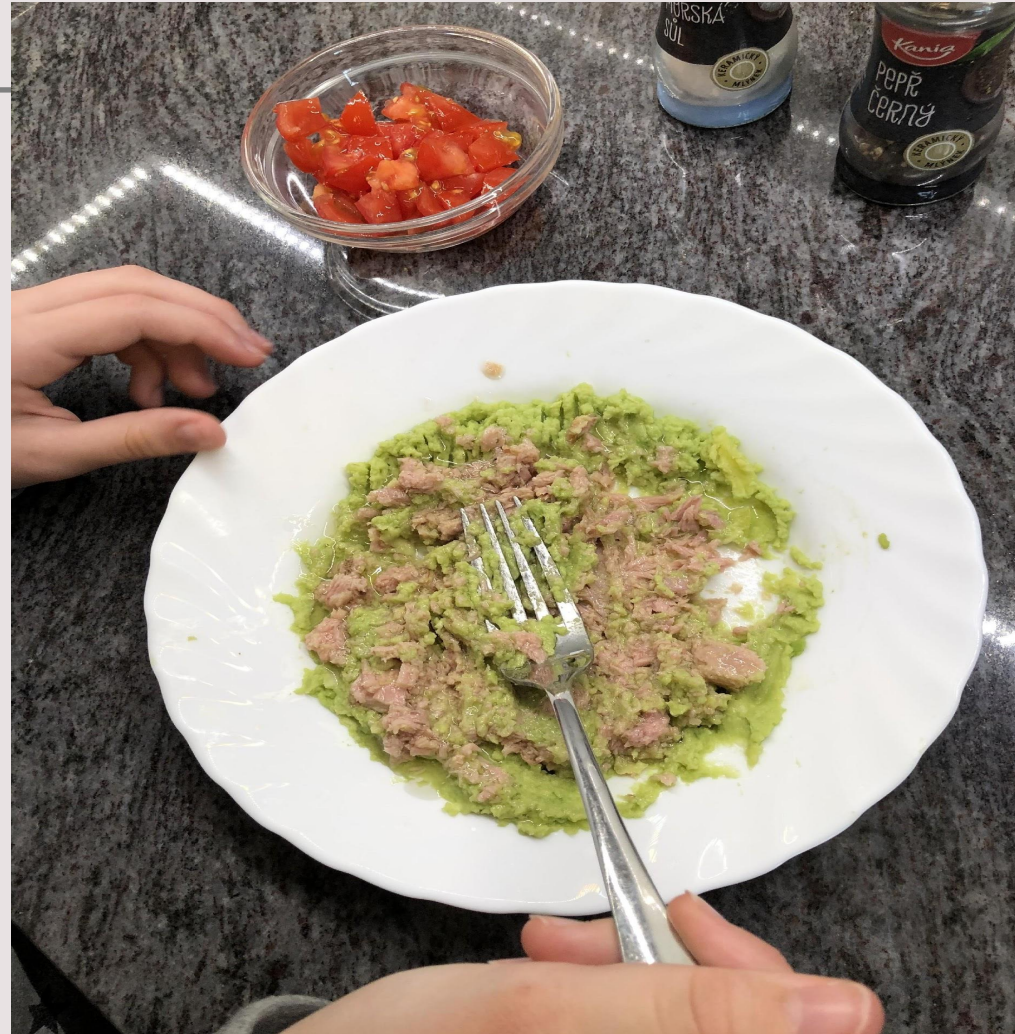
Potřebujeme avokádo, rajčata, tuňáka, sůl, pepř a chlebíky crispbread.



Avokádo rozkrojíme, vyloupneme pecku, vydlabeme a rozmačkáme vidličkou.



Přidáme tuňáka.



Potom přidáme rajčata, trochu osolíme a opepříme a všechno promícháme.



Namažeme na chlebíky.



Zdravá svačina je hotová.

Dobrou chuť!

