



Daniela Föllmi
Dipl. Naturheilpraktikerin
Dipl. Pflegefachfrau

Avacado – Salatsauce

(Phase 2 ohne Öl)

Zutaten für 7 Portionen:

- Ca. 7 EL Apfelessig
- 1 Avocado
- Boullion
- Wasser
- Kräuter und Gewürze, ev. Knoblauch



Zubereitung:

1. Fleisch von Avocado in Mixer geben.
2. 7 EL Apfelessig
3. Mit 200 ml Boullion – Wasser beginnen und auffüllen bis zur gewünschten Konsistenz
4. Würzen nach belieben

Guten Appetit