

detkityumen.ru

Сэндвичи с курицей и гуакамоле



Где готовим?

Без термообработки

Ингредиенты:

8 ломтиков отрубного или цельнозернового хлеба для тостов

1 отварная куриная грудка

2 небольших огурца

6 ст. ложек гуакамоле или измельченного в пюре авокадо

4 ч. ложки горчицы

свежий салат

Приготовление:

Отварную куриную грудку разделить на волокна. Огурцы нарезать тонкими кружками. Хлеб выкладываем на противень и немного подсушиваем в разогретой духовке. Для приготовления одного сэндвича нам понадобится 2 куска хлеба. Один кусок хлеба смазываем горчицей (1 чайная ложка). Затем выложить кусочки курицы, а поверх нее несколько ломтиков огурца. Густо намазать гуакамоле или мякотью авокадо. Поверх авокадо можно выложить еще несколько кусочков курицы и накрыть все вторым куском хлеба.

05.10.2015

[Machiavelli](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/recipe/314/