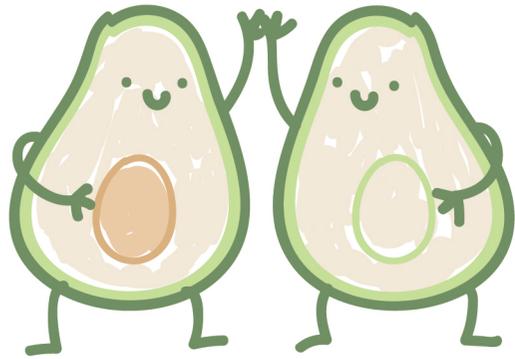
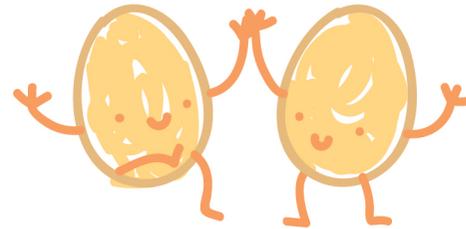
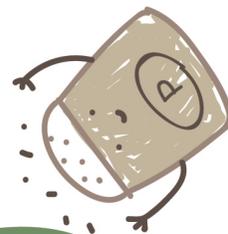
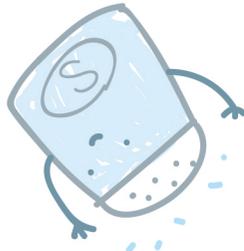
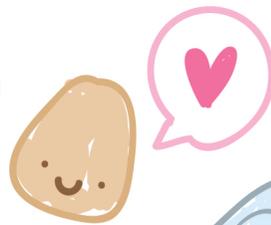


Avocado con l'uovo



2 Versa un uovo intero in ogni metà di avocado.
Magari scava un po' la polpa
Se non c'è abbastanza spazio per l'uovo.

1 Taglia un avocado a metà ed estrai il seme.
(conservalo perché può diventare una piantina!)



3 Condisci con sale e pepe e inforna a 180°
Finché l'albume non avrà preso colore.



4 Servi con pane tostato e salmone affumicato.

