

Σαλάτα με γαρίδες

(2 άτομα)



Υλικά

1 αβοκάντο σε κυβάκια

1 ντομάτα σε κυβάκια

3 κ.σ. καλαμπόκι

250 γαρίδες βρασμένες και καθαρισμένες

2 κ.σ. χυμός λεμονιού

Εκτέλεση

Ανακατεύουμε όλα τα υλικά μαζί και στο τέλος προσθέτουμε αλάτι και πιπέρι.

ΘΕΡΜΙΔΕΣ : 350 KCAL

Σταματάκη Αστερία, Msc
Msc στην Κλινική διατροφή
διαιτολόγος - διατροφολόγος
www.astamataki.gr