



## INGREDIENTS (1 PERSONA)

- 100 g de bimi
- 1 alvocat
- 1 dent d'all
- Aigua
- Oli d'oliva verge extra
- Vinagre balsàmic
- Sal
- Pebre
- Sèsam torrat

## ELABORACIÓ

1. Pelar i laminar un all i introduir-lo a un envàs per a coure al microones, amb una cullerada d'aigua i una d'oli.
2. Coure al microones entre 1 i 1 minut i mig a màxima potència (800 W).
3. Afegir el bimi a l'envàs, una cullerada més d'aigua i coure 2 minuts i mig més.
4. Prendre un alvocat, treure'n la polpa i posar-la en un recipient. Afegir-hi un raig d'oli d'oliva, sal, pebre i aixafar-ho lleugerament amb l'ajut d'una forquilla.
5. Col·locar en un plat el puré d'alvocat i el bimi saltat pel damunt, amanir el conjunt amb unes gotes de vinagre balsàmic i el sèsam.

## NOTES:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

