



ZDRAVKO LIDL
IGRIVO UČENJE ZA ZDRAVO ŽIVLJENJE

Navihani toasti

Sestavine:

- kruh za toast
- sirni namaz
- sir v lističih
- avokado, kumare, korenje, drobnjak
- črne olive, papriko, paradižnik
- kuhano jajce
- jagode, borovnice

Priprava:

Za navihan toast v obliki žabice potrebuješ avokad, ki ga pretlačiš v skledi in nato namažeš na toast. Dodaš sir in olive, ki služijo, kot »oči«, drobnjak za usta in češnjev paradižnik za lica.

Za navihan toast v obliki ribice najprej na toast namažeš sirni namaz. Nato kolobarje kumar naložiš kot luske ribe, sir in črne olive zopet služijo, »kot oči«, za dodatne plavutke pa dodaš še papriko.

Izdelaš lahko tudi navihan toast v obliki zajca, kokoške ali kakšne druge oblike. Pusti domišljiji svojo pot.

Dober tek!