

PASTA DE ATUM, ABACATE E QUARK



INGREDIENTES

- 1 LATA DE ATUM AO NATURAL, ESCORRIDO
- 1 ABACATE BEM MADURO
- 200 G DE QUEIJO QUARK

CONFEÇÃO

1. Com a ultrablade, ponha na taça o atum, o abacate em pedaços pequenos e o quark. Dê 2 toques de pulse e raspe os lados da taça com a espátula, empurrando o preparado para a lâmina.
2. Seleccione velocidade 10 durante 2 minutos ou até obter um preparado homogéneo.