

Bocadillo de aguacate con tomate

Posted on **July 07,2011** by **hiulitscuisine**

¡A esto le llamo yo un desayuno de campeones! Empiezas el día con una energía... :)

Ingredientes:

(para 2 personas)

- 1 aguacate
- 1 tomate
- alcaparras (*opcional*)
- semillas de sésamo tostado (*opcional*)
- aceite de oliva
- sal y pimienta

Tiempo de preparación:

- 5 min

Preparación:

1. Cortar el aguacate en dos y vaciar con una cuchara. Aplastar y extender por el pan.
2. Cortar el tomate en rodajas finas y poner encima. Añadir unas alcaparras.
3. Esparcir unas cuantas semillas de sésamo tostado, salpimentar al gusto y echar un chorrito de aceite.

Nota:

- Si se tiene la olivada (*paté de aceitunas negras*), poner un poco por encima de los tomates.

Posted in: Cocina Tradicional, Desayunos, Meriendas, Recetas | Tagged: Aceitunas Negras, Aguacate, Alcaparras, Sésamo Tostado, Tomate | With 0 comments