

# Salsa a Guacamole - Tortitos alebo chipsy Prodietix na dva spôsoby



20. 10. 2021

Recept je vhodný pre: [2. fáza](#), [3. fáza](#)

Hľadáte perfektnú chuťovku do proteínovej diéty? Ponúkame naše nové tortitos na dva mexické spôsoby - so salsou a s guacamole. Kto by odolal?

## Salsa

Čo potrebujete (2 porcie - nekonzumovať v jeden deň):

- 2 paradajky
- 1/2 cibule (ideálne biela)
- 1/4 lyžičky sušených chilli papriček
- 50 g čerstvej vňate koriandru
- šťava z 1/2 citrónu
- soľ
- [Prodietix s príchuťou Nacho syr](#)

## Ako na to:

- 1.** Paradajky nakrájame na malé kocky, cibuľu nadrobno. Koriander nasekáme najemno.
- 2.** Všetko zmiešame dohromady, pridáme, citrón a soľ podľa chuti. Zamiešame a môžeme podávať s balíčkom chrumkavých Tortitos Prodietix.

# Guacamole

## Čo potrebujete:

- ¼ avokáda
- 1 paradajka
- ¼ cibule
- ¼ lyžičky chilli
- ¼ lyžičky sušeného cesnaku
- 50 g čerstvej vňate koriandru
- morská soľ a citrónová šťava podľa chuti
- [Prodietix slané chipsy](#)

## Ako na to:

**1.** Avokádo roztlačte vidličkou alebo drvičom na zemiaky. Paradajky nakrájajte na kocky, cibuľu nadrobno a koriander rozsekajte nahrubo. Všetko pridajte k avokádu a ochuťte chilli, cesnakom. Pokvapkajte citrónom, osolte a dobre premiešajte.

**2.** Podávajte ihneď s Tortitos Prodietix.