

# Nectarine, avocat, mozzarella

Lucie Flament diététicienne

**INSTRUCTIONS** : un lunch digne de ce nom !  
Une assiette d'été, remplie de couleurs, de saveurs !  
Cette assiette est pour deux ou même trois personnes. Elle peut être accompagnée d'une tranche de pain. Elle permet de réunir les personnes autour d'une table et de récolter tous les compliments. Pas d'huile, car l'avocat apporte déjà de bonnes graisses.



## Instructions

1. Rien de plus simple : découpez la mozzarella, l'avocat et la nectarine en tranches et assemblez les sous forme d'un soleil. Assaisonnez à votre convenance.

## Liste des courses

Ingrédients	Quantité
Mozzarella	1 boule
Avocat	1
Nectarine	1
Sel & poivre	