

## **Bowl s tuňákem a mangem**

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 10 minut

### **Suroviny:**

- 160 g tuňáka v pikantním oleji piri piri Sun & Sea
- 1 zralé avokádo
- ½ okurky
- 1 zralé mango
- 250 g uvařené sushi rýže
- 150 g mrkve nakrájené na nudličky
- 1 lžíce sezamových semínek
- 1 červená chilli paprička
- 1 hrst čerstvého koriandru
- 

### **Na dresing:**

- 4 lžíce majonézy
- 2 lžíce rýžového octa
- 2 lžíce bílého jogurtu
- ½-1 lžička cukru
- 1-2 lžíce sójové omáčky
- 1/2 lžičky mletého sušeného chilli

## Postup:

1. Avokádo, okurku, mango nakrájejte na kostičky.
2. Všechny suroviny na dresing promíchejte.
3. Do mísy dejte nejdříve rýži, na ni všechnu zeleninu a tuňáka. Pokapejte dresingem, posypejte semínky, nakrájenou chilli papričkou a koriandrem.