


| | | |
|---|--|---------|
| LIFE  HEAL | | |
| Tomato Almond Dressing | | |
| टोमॅटो अलमंड ड्रेसिंग | | |
| टमाटर | | 80gm |
| बादाम | | 20gm |
| खजूर पेस्ट | | 5tsp |
| हरा धनिया | | 20gm |
| अप्पल साइडर विनेगर | | 1 tsp |
| काली मिर्च | | 3 चुटकी |
| नमक | | 1/2 tsp |
| लहसुन | | 3/4 tsp |
| कैसे बनाए | | |
| 1) टमाटर और धनिया काट कर मिक्सी में डाल लें | | |
| 2) बाकी सारी सामग्री टमाटर और धनिये के साथ मिक्सी में डाल कर बारीक पीस लें | | |
| 3) और छननी में छान लें | | |