

MANGO SALSA

1. Take a ripe mango peeled, pitted and cut into small pieces.
2. Take 3 leaves of spring onion and cut them into small pieces.
3. Take 2 tbsp of Chopped Coriander Leaves
4. Take 2 tsp of seeded and chopped Jalapeno.
5. 1 tbsp of Lemon Juice.

Mix all and serve in a bowl.

मॅंगो साल्सा

1. एक पिकलेला आंबा घ्या; सोलून, गूदा काढून, लहान तुकडे करा.
2. तीन स्पिंग ऑनियनची पत्ती घ्या आणि लहान तुकडे करा.
3. चिरलेली कोथिंबीर २ टेबलस्पून घाला.
4. बी पूरित व चिरलेली जालापेनो २ टीस्पून घाला.
5. लिंबाचा रस १ टेबलस्पून घाला.

सर्व मिश्रण चांगले हलवून एका बाऊलमध्ये सर्व्ह करा.

(source: HealthyBMIForever Instagram page)