Artikel vom 07.08.2024 · Ausgedruckt am 16.11.2026, 19:23 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/avocado-tomate

Avocado-Tomate



Foto: Simone Gaube

Zutaten (pro Person):

2 Brotscheiben (Baguette oder Walnussbrot),

1 Avocado,

1 Hand voll Kirschtomaten,

1 Spritzer Zitronensaft,

Pfeffer,

Kräutersalz,

1 EL geröstetes Sesamöl, Nüsse oder Kerne als Beilage,

frische Petersilie oder Kresse.

Zubereitung:

Avocado aus der Schale löffeln und in kleine Stückchen schneiden. Kirschtomaten je nach Größe halbieren oder vierteln. Mit dem Zitronensaft, dem Öl, Salz und Pfeffer mischen. Durch das Öl ergibt sich eine schöne Verbindung und die klein geschnittenen Stückchen fallen nicht so schnell von der Brotscheibe. Durch den Zitronensaft ist der Brotbelag besser haltbar. Mit Nüssen, gewaschener und gehackter Petersilie oder Kresse garnieren.

Simone Gaube