

Cremiger Avocado Aufstrich mit Tomate

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für den Aufstrich

1 Avocado
1 Bio-Limette
1 Esslöffel Crème fraîche
6 Cocktailtomaten
6 getrocknete Tomaten (in Öl)
1 Handvoll Rucola
Salz, Pfeffer

Zum Servieren

Ciabatta oder Brot nach Wahl

Besonderes Zubehör

Mixer oder Zerkleinerer

Avocado längs halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch in einen Mixer geben. Schale der Limette abreiben, Saft auspressen und je die Hälfte zur Avocado geben. Zusammen mit Crème fraîche zu einer feinen Creme mixen.

- 2 -

Rucola waschen, fein hacken und kurz unter die Creme mixen.

- 3 -

Cocktailtomaten vierteln, Kerne im Inneren entfernen und Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden. Getrocknete Tomaten auf Küchenpapier abtropfen und fein würfeln.

- 4 -

2/3 der Tomatenwürfel zusammen mit 2 EL Öl der getrockneten Tomaten unter den Aufstrich rühren. Mit Salz, Pfeffer sowie restlichem Limettenabrieb und -saft abschmecken.

- 5 -

Aufstrich mit restlichen Tomatenwürfeln garnieren und mit Brot servieren.

Lust auf eine herzhaft Brotzeit? Dann lass Käse und Wurst heute mal im Kühlschrank und schmier dir Avocado auf die Stulle. Mit Rucola, frischen und getrockneten Tomaten wird dein Aufstrich extra würzig, während ein Klecks Crème fraîche für die optimale Cremigkeit zum Streichen sorgt.

- 1 -