

Grillen, füllen, Löffel rein - gegrillte Avocado mit Tomatensalsa

VORBEREITEN

10
Min.

ZUBEREITEN

7
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

2 Avocados
2 Stängel frischer Koriander
1 Frühlingszwiebel
1 große Tomate
1 Esslöffel Olivenöl
1/2 Chili
1 Teelöffel Limettensaft
Salz

Besonderes Zubehör

Grillpfanne oder
Grill

- 1 -

Grill vorheizen.

- 2 -

Tomate halbieren, mit einem Löffel entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebel waschen, Korianderblätter von den Stängeln zupfen und beides hacken. Chili entkernen und ebenfalls hacken.

- 3 -

Tomatenwürfel, Koriander, Frühlingszwiebel, Chili, 1/2 EL Olivenöl und Limettensaft vermischen, mit Salz würzen.

- 4 -

Avocados halbieren, Kerne entfernen und mit restlichem Olivenöl einstreichen. Avocado mit der Schnittseite nach unten 5 Minuten grillen.

- 5 -

Gegrillte Avocadohälften mit Tomatensalsa füllen.

Du hast Avocado noch nicht gegrillt? Solltest du aber! Warm vom Grill oder und gefüllt mit einer fruchtig-scharfen Salsa kommst du mit dem Löffeln gar nicht mehr hinterher - so verdammt lecker ist die Avocado. Und so einfach zubereitet. Und so schnell gemacht. Und und und ...

Du willst gegrillte Avocado das ganze Jahr genießen? Kein Problem - dann schmeiß die grüne Frucht einfach in die Grillpfanne!