Rezept

Avocado-Sesam-Paste

Ein Rezept von Avocado-Sesam-Paste, am 27.04.2024

Zutaten

- 2-3 Limetten
- **1** rote Chilischote
- **2** reife Avocados
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- **1 TL** gemahlener Cumin
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Koriandergrün
- Salz
- **4 EL** Tahina

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Die Limetten auspressen (es werden ca. 6 EL Saft benötigt). Knoblauch schälen. Chilischote waschen, längs aufschlitzen, Stielansatz, Trennwände und Kerne entfernen, das Fruchtfleisch sehr fein würfeln. Koriandergrün abspülen, trockenschütteln und grob schneiden.

2. Die Avocados halbieren und den Stein entfernen. Das Fruchtfleisch herauslösen und mit einer Gabel zerdrücken. Sofort mit 1 EL Limettensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Den Knoblauch dazupressen.

3. Tahina mit restlichem Limettensaft glatt rühren, nach Bedarf 1-2 EL heißes Wasser zugeben. Mit dem Avocadomus mischen, mit Cumin abschmecken, mit Chiliwürfeln und Koriandergrün bestreuen.