Rezept

Avocadosalat

Ein Rezept von Avocadosalat, am 28.04.2024

Zutaten

1	rote Zwiebel
2	rote Chilischoten
2 TL	brauner Zucker
	Salz
1/2	Salatgurke
2	Tomaten
1/2 Bund	Koriander
2	Knoblauchzehen
2	Limetten
4 EL	Olivenöl
	Pfeffer
1 Stange	Staudensellerie
1	grüne Paprikaschote
2	kleine reife Avocados

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Chilischoten längs halbieren, entkernen, waschen und klein würfeln. Die Limetten auspressen. Den Saft mit Zucker verrühren, das Öl unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln, Knoblauch und Chili dazugeben und alles etwas durchziehen lassen.

2. Die Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und würfeln. Sellerie waschen und in Scheiben schneiden. Tomaten waschen, halbieren, entkernen, dabei die Stielansätze entfernen, und die Tomatenhälften würfeln. Paprikaschote längs halbieren, entkernen, waschen und ebenfalls klein würfeln. Koriander waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Die Avocados halbieren, entkernen, schälen und würfeln.

3. Alle Salatzutaten mit dem Dressing mischen und 5 Min. durchziehen lassen. Den Salat vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken.