

Rezept

Baked Potatoes mit scharfer Avocadosauce

Ein Rezept von Baked Potatoes mit scharfer Avocadosauce, am 20.04.2024

Zutaten

| | |
|--|---|
| 8 gleich große mehlig kochende Kartoffeln | je 1 rote, gelbe und grüne Paprikaschote |
| 2 rote Pfefferschoten | 1 EL Walnussöl |
| 1 Zwiebel | 2 reife Avocados |
| 2 EL Weißweinessig | 250 g griechischer Joghurt (ersatzweise Dickmilch) |
| Salz | Pfeffer |
| 1 Bund Schnittlauch | Minzeblättchen oder Schnittlauch für die Garnitur |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 225° vorheizen. Die Kartoffeln waschen und trockentupfen. Kartoffeln einzeln in Alufolie wickeln und auf dem Backblech im Ofen (Mitte, Umluft 200°) 60-70 Min. garen.
2. Inzwischen Paprikaschoten halbieren, entkernen und waschen. Paprikahälften in kleine Würfel schneiden. Pfefferschoten längs aufschneiden, entkernen, waschen und klein würfeln. Gemüse mit Öl vermischen.
3. Zwiebel schälen und klein hacken. Avocados halbieren, Steine entfernen, das Fruchtfleisch mit Zwiebelwürfeln, Essig und Joghurt fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch waschen, trockenschütteln und in feine Ringe schneiden.
4. Schnittlauch und Gemüse mit Avocadosauce vermischen. Kartoffeln aus der Folie wickeln, kreuzweise einschneiden und etwas zusammendrücken, bis sie leicht aufspringen. Mit Salz bestreuen. Backkartoffeln mit Avocadosauce und Minze oder Schnittlauch servieren.