

Rezept

Avocado-Aufstrich

Ein Rezept von Avocado-Aufstrich, am 21.05.2025

Zutaten

1 reife Avocado (200 g) 1 EL Zitronensaft

2 EL Bruschetta-Aufstrich Tomate (aus dem Glas) Salz

Pfeffer Tabasco

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 8 Portionen | Schwierigkeitsgrad mittel | Zeit Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | Pro Portion Ca. 55 kcal

Zubereitung

- 1. Avocado halbieren, den Kern entfernen. Avocado schälen, in einer Schüssel sofort mit dem Zitronensaft beträufeln. Das Fruchtfleisch mit einer Gabel zerdrücken. Den Bruschetta-Aufstrich unterrühren. Die Creme mit Salz, Pfeffer und Tabasco abschmecken.
- 2. Creme in ein Schraubglas füllen und mit einer dünnen Schicht Olivenöl bedecken. So hält sie sich im Kühlschrank ca. 2 Tage.