Rezept

Avocadocreme mit Chili

Ein Rezept von Avocadocreme mit Chili, am 23.05.2025

Zutaten

2	Tomaten
1	Knoblauchzehe
1	rote Chilischote
2 EL	Zitronensaft
	Salz
2	Frühlingszwiebeln
1/2 Bund	Koriandergrün (oder Basilikum)
2	reife Avocados
2 EL	Olivenöl
1 Prise	gemahlener Koriander

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen, die Stielansätze entfernen und die Tomaten in sehr kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein schneiden. Den Knoblauch schälen und durch die Presse drücken.

2. Das Koriandergrün waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Chilischote waschen und den Stiel abschneiden. Je nachdem, wie scharf es sein darf, die Schote mit den Kernen sehr fein hacken (scharf). Oder die Schote längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken (milder).

3. Die Avocados halbieren und jeweils den Stein entfernen. Das Fruchtfleisch mit einem Teelöffel aus den Hälften lösen, mit einer Gabel sehr fein zerdrücken oder mit dem Pürierstab pürieren und mit dem Zitronensaft verrühren.

4. Tomaten, Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Chilischote, Koriandergrün und das Öl unter das Avocadopüree mischen. Das Püree mit Salz und gemahlenem Koriander würzen. Das Avocadopüree schmeckt gut zu schmalen Bandnudeln.