

Rezept

# Avocadocreme mit Erdbeeren

Ein Rezept von Avocadocreme mit Erdbeeren, am 04.06.2023

## Zutaten

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>1</b> Bio-Limette    | <b>2</b> kleine Avocados                      |
| <b>2 EL</b> Puderzucker | <b>150 g</b> griechischer Joghurt (10 % Fett) |
| <b>4 TL</b> Pinienkerne | <b>300 g</b> Erdbeeren                        |
| <b>4 Stiele</b> Minze   | <b>2 EL</b> brauner Zucker                    |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion**  
Ca. 320 kcal, 21 g F, 4 g EW, 27 g KH

## Zubereitung

1. Die Limette heiß waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben, den Saft auspressen. Die Avocados halbieren, Kerne und Schalen entfernen. In einem hohen Rührbecher mit Limettenschale und -saft und Puderzucker fein pürieren. Den Joghurt unterheben und die Creme abgedeckt ca. 1 Std. kühl stellen.
2. Inzwischen die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Erdbeeren waschen, trocken tupfen, putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Minze waschen, trocken tupfen, die Blätter abzupfen und einige zum Garnieren beiseitelegen. Die übrige Minze grob hacken und mit dem braunen Zucker im Blitzhacker oder im Mörser fein zermahlen.
3. Die Avocadocreme in Schalen verteilen und die Erdbeeren daraufsetzen. Zum Servieren mit Minzzucker und Pinienkernen bestreuen und mit den beiseitegelegten Minzeblättern garnieren.