

Rezept

Avocadohälften mit Frischkäsefüllung

Ein Rezept von Avocadohälften mit Frischkäsefüllung, am 28.06.2026

Zutaten

1 Avocado	Salz
Pfeffer	1 Tomate
1/2 Zwiebel	1 kleine Knoblauchzehe
6 Basilikumblätter	100 g Frischkäse (max. 16 % Fett absolut)
1 EL Aceto Balsamico	1 EL Pinienkerne für die Dekoration
1 EL Parmesanspäne für die Dekoration	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Die Avocado halbieren und den Stein entfernen. Die Schnittflächen der Hälften salzen und pfeffern.

2. Die Tomate waschen, vierteln, den Stielansatz entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und sehr fein würfeln.

3. Das Basilikum kalt abbrausen, trocken tupfen und fein hacken.

4. Den Frischkäse mit Tomaten-, Zwiebel- und Knoblauchwürfeln sowie Basilikum und Aceto balsamico vermengen und die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Die Käsecreme in die beiden Mulden der Avocado geben, mit Pinienkernen und Parmesanspänen bestreuen und genießen.