

Rezept

Einfacher Gurkensalat mit Avocado

Ein Rezept von Einfacher Gurkensalat mit Avocado, am 25.05.2024

Zutaten

1 kleine Avocado	1 EL Limettensaft
150 g Salatgurke	1 Stück Ingwer (1,5 cm lang)
1 TL Essig	1 TL Rapsöl
Salz (mit Jod)	1 TL Nori-Flocken

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 205 kcal, 20 g F, 2 g EW, 3 g KH

Zubereitung

1. Die Avocado halbieren, schälen, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und mit Limettensaft mischen. Die Gurke waschen und in feine Streifen hobeln. Ingwer schälen und fein reiben.

2. Essig, Rapsöl und Ingwer in einer kleinen Schüssel vermischen. Avocadowürfel und die Gurkenstreifen unterheben. Mit Salz abschmecken und mit Noriflocken bestreuen.