

Rezept

Klassische mexikanische Guacamole

Ein Rezept von Klassische mexikanische Guacamole, am 20.12.2025

Zutaten

- | | |
|---|----------------------------------|
| 1 vollreife Avocado (am besten die Sorte "Hass") | 1 Limette |
| 1 Tomate | 1 kleine rote Chilischote |
| 1 kleine (frische) Knoblauchzehe | 1 kleines Bund Koriander |
| Salz | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für etwa 200 g | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal

Zubereitung

- 1.** Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und beiseitelegen (nicht wegwerfen). Das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus den Schalenhälften schaben und in eine Schüssel geben.

- 2.** Den Saft der Limette auspressen und die Hälfte davon zur Avocado geben. Das Fruchtfleisch mit einer Gabel grob zermusen, den Avocadokern hineindrücken (so verfärbt sich das Fleisch nicht).

- 3.** Die Tomate und Chilischote waschen, vom Stielansatz befreien und fein würfeln.

- 4.** Knoblauchzehe schälen und ebenfalls fein hacken.

- 5.** Das Koriandergrün abbrausen und trocken schütteln. Blättchen von den Stängeln zupfen.

- 6.** Tomate, Chili und Knoblauch unter die Avocadomasse rühren. Die Guacamole mit Salz und dem übrigen Limettensaft abschmecken.

- 7.** Mit Koriander garnieren und servieren.