

Rezept

Kornspitz mit Avocado

Ein Rezept von Kornspitz mit Avocado, am 28.04.2025

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 1 orange Mini-Paprikaschote (ca. 50 g) | 2-3 Salatblätter (z. B. Lollo bionda) |
| 1/2 reife kleine Avocado | 2 TL Zitronensaft |
| 6-8 Schnittlauchhalme | 2 Kornspitzen (ersatzweise Laugenstangen oder Mehrkornbrötchen) |
| 4 EL Kräuterfrischkäse | Salz |
| Cayennepfeffer | 4 Scheiben Emmentaler |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal

Zubereitung

1. Von der Paprikaschote einen flachen Deckel abschneiden. Die Schote putzen, waschen und quer in dünne Ringe schneiden. Die Salatblätter waschen und trocken schütteln. Die Avocado halbieren, vom Stein befreien, schälen und quer in Scheiben schneiden. Sofort gegen das Verfärben mit dem Zitronensaft beträufeln. Den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden.
2. Die Kornspitzen längs durchschneiden, alle Hälften mit dem Kräuterfrischkäse bestreichen. Die unteren Hälften mit dem Salat und den Paprikaringen belegen. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen.
3. Die Käsescheiben halbieren, auf die unteren Brötchenhälften verteilen. Dann die Avocadoscheiben darauflegen, mit dem Schnittlauch bestreuen. Mit den oberen Brötchenhälften abdecken.