

Rezept

Pikante Avocadocreme

Ein Rezept von Pikante Avocadocreme, am 20.12.2025

Zutaten

2	Avocados	200 g	Frischkäse
2	Knoblauchzehen	1	Limette
1 TL	edelsüßes Paprikapulver	1 TL	Meersalz
	Pfeffer	1	kleine Chilischote

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 250 g | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal, 2 g F, 7 g EW, 3 g KH

Zubereitung

1. Die Avocados schälen und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch herauslöffeln und in einer Schüssel mit einer Gabel zu einem feinen Mus zerdrücken. Den Frischkäse hinzufügen und mit der Gabel untermischen. Den Knoblauch schälen und dazupressen.
2. Die Limette auspressen und den Saft in die Schüssel geben. Die Mischung cremig rühren. Mit Paprikapulver, Meersalz und Pfeffer würzen. Die Chilischote waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen, die Hälften in Streifen schneiden und unterrühren.