

Avo Mash

10—15 Min

Zutaten für 2 Portionen

= Kotányi Produkte

2	Reife Avocados
1	Kleine Tomate
1	Kleine Frühlingszwiebel bzw. 1 EL Frühlingszwiebel, in Ringe geschnitten
1 TL	Zitronensaft oder Limettensaft
2 EL	Avocado Love
1 EL	Olivenöl
2 Scheiben	Vollkornbrot oder Sauerteigbrot
	Optional: eine kleine Knoblauchzehe gerieben

Zubereitung

1 Vorbereitung:
Die Avocados halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel in eine Schüssel geben. Die Tomate fein würfeln, die Frühlingszwiebel in dünne Ringe schneiden.

2 Avocado-Mash herstellen:
Das Avocado-Fruchtfleisch mit einer Gabel grob zerdrücken, sodass eine cremige, leicht stückige Konsistenz entsteht. Zitronen- oder Limettensaft, Kotányi Avocado-Mischung und Olivenöl (falls verwendet) hinzufügen. Alles gut vermengen. Tomatenwürfel und die Hälfte der Frühlingszwiebeln unterheben. Abschmecken und bei Bedarf nachwürzen.

3 Anrichten:
Die Brotscheiben leicht toasten, damit sie knusprig werden.
Den Avo Mash großzügig auf den Brotscheiben verteilen.
Mit den restlichen Frühlingszwiebelringen und optional mit Kotányi Avocado Love garnieren.