

08 – Guacamole

Hintergrund zum Rezept

Als „Grüß aus der Küche“, Vorspeise oder Abendsnack gut geeignet. Unbedingt darauf achten, dass die Avocados wirklich reif sind. Am Besten eignen sich die Schwarzen. Häufig gibt es komplette „Sets“ zu kaufen, die alles was man braucht im richtigen Reifezustand enthalten.

Zutaten für 3-4 Personen

2 reife Avocados, 1 kleine Zwiebel, 1 mittelgroße Tomate, $\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{2}$ rote Chili (sehr fein zerhackt), 1 große Knoblauchzehe (sehr fein zerhackt), Saft $\frac{1}{2}$ - 1 Limette, optional klein gehackten frischen Koriander, Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Avocados halbieren, Kern entfernen, ggf. braun/schwarze Stellen entfernen. Fruchtfleisch in einer Keramik-Schüssel mit der Gabel sorgfältig, **aber nicht zu lange** zerdrücken. Gehackten Knoblauch, Chili, Koriander, Limettensaft, Salz und Pfeffer dazu geben und gut vermischen. Tomate in kleine Würfel (ca. 5 mm) schneiden und vorsichtig unter die Guacamole heben. Mit Weißbrotscheiben und/oder Tortillia Chips servieren, dazu Rot- oder Weißwein.