

Avocado-Salat

verschiedene

- 3 Avocado
- 1 Orange
- 1 Zitrone
- 100 g schwarze Oliven (ohne Kern)
- 6 EL Olivenöl
- 3 EL Weißweinessig
- Salz und Pfeffer
- Salatgarnitur



Die Avocado schälen, halbieren, in Spalten schneiden und mit dem Saft der Zitrone marinieren, damit sie nicht braun werden.

Die Orange schälen, die Filets ausschneiden und den restlichen Saft herauspressen. Die Oliven in Scheiben schneiden und zusammen mit den Avocadospalten und den Orangenfilets auf einem Teller anrichten.

Aus dem Orangensaft, dem Essig und dem Olivenöl ein Dressing herstellen, mit Salz und Pfeffer würzen und über die Avocado geben.

Mit etwas Salat garnieren und mit Baguette servieren.





Das ist eine Vorspeise, die man gut vorbereiten kann.

Schwierigkeitsgrad:



Zubereitungszeit ca. 0:20

Portionen: 6



*Autor:
Olaf Schelski*