

Guacamole essen mit Miguel (Coco – Lebendiger als das Leben!, USA 2017)

Zutaten:

- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- Olivenöl
- 3 reife Avocados
- 1-2 Tomaten oder Tomatillos
- 1 Limette
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zunächst schält man die Zwiebel und den Knoblauch, schneidet sie ganz fein und gibt sie in eine Schüssel.
2. Dann gibt man den Saft einer halben Limette, Salz, Pfeffer und 4 Esslöffel Öl hinzu.
3. Nun wird die Avocado halbiert, das Fruchtfleisch heraus gelöffelt und mit den anderen Zutaten vermischt. Besser gesagt: gemanscht! Am besten mit einer Gabel zerdrücken.
4. Jetzt schneidet man die Tomate in kleine Würfel und die kommen ebenfalls in die Schüssel. Aber Achtung, die Tomaten-Würfel sollen nicht zermatscht werden. Deshalb muss man sie „unterheben“ und vorsichtig mischen.
5. Und schon ist die Guacamole fertig und man kann sie auf Brot oder mit Tortilla-Chips essen.

Gutes Gelingen!

Rezept von tollabea.de



Foto: tollabea.de



Foto: © Disney