



AVOCADO-DIP (GUACAMOLE)

Zutaten für 4 Personen

2 Avocados, reif
2 Knoblauchzehen
2 Schalotten (oder kleine Zwiebeln)
4 EL Sauerrahm
2 EL Limettensaft (oder Zitronensaft)
Salz, Pfeffer

Avocados der Länge nach halbieren. Kerne entfernen und an einem sicheren Ort aufbewahren. Fruchtfleisch mit einem Teelöffel herauslösen und in einem Suppenteller sofort mit dem Limettensaft vermischen. Mit einer Gabel zu geschmeidiger Masse zerquetschen. Knoblauchzehen und Schalotten sehr fein hacken und einrühren. Mit Salz, Pfeffer, Sauerrahm und Chiliflocken abschmecken. Den Avocadokern jetzt wieder in die Guacamole geben (er verhindert bräunliche Verfärbungen) und die Masse abgedeckt eine Stunde lang ziehen lassen. Eignet sich wunderbar zum Dippen oder als Sauce zu grillierten Kartoffeln oder Gemüse.