



FRÜHSTÜCK

AVOCADOBROT

MIT HÜTTENKÄSE UND RUCOLA

I. Die Brote mit Hüttenkäse bestreichen. Anschließend von der halben Avocado die Schale entfernen. Dafür entweder das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen oder die Schale mit einem Messer von der Frucht abziehen.

II. Nun die frische Avocado in dünne Scheiben schneiden und auf den Broten verteilen. Die Rucolablätter von den harten Stielen befreien und ebenfalls auf das Brot legen.

III. Um das Gericht abzurunden, ein bisschen Zitronensaft darüber träufeln und mit einer Prise Kräutersalz würzen.

ZUTATEN:

2 Scheiben Vollkornbrot
2EL Hüttenkäse
½ Avocado
Rucola oder Schnittlauch
Etwas Zitronensaft
Kräutersalz

 Zubereitungszeit: 5min