

GATCH GAP REZEPTE

AVOCADOTOAST

Zubereitungszeit 10 min | 2 Personen

GATCH GAP

backen & genießen



FOLLOW | KOMMENT | LIKE



WWW.GATCHGAP.DE

Zubereitung

Zutaten

- Die reife Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel in eine Schüssel geben.
 - Die Avocado mit einer Gabel zerdrücken und dabei grobe Stücke belassen. Füge Salz, Pfeffer und nach Wunsch auch ein paar Spritzer Zitronensaft hinzu, um die Avocado zu würzen. Gut vermengen.
 - Die Brotscheiben leicht mit Olivenöl bestreichen, entweder mit einem Pinsel oder indem du sie vorsichtig in Olivenöl tunkst.
 - "CATCHCAP-Pfannenspritzschutz" auf eine passende Pfanne (28cm) legen. In der Pfanne bei mittlerer Hitze die mit Olivenöl bestrichenen Brotscheiben von beiden Seiten goldbraun rösten, bis sie knusprig sind. Dies dauert in der Regel etwa 2-3 Minuten pro Seite.
 - Die gerösteten Brotscheiben aus der Pfanne nehmen und auf einen Teller legen.
 - Die zerdrückte Avocado gleichmäßig auf den gerösteten Brotscheiben verteilen.
 - Wenn du möchtest, kannst du weitere Toppings hinzufügen, wie zum Beispiel Kirschtomaten, Chiliflocken oder ein pochiertes Ei.
- 2 Scheiben Brot (Vollkorn- oder Sauerteigbrot funktionieren gut)
 - 1 reife Avocado
 - 2 Teelöffel Olivenöl
 - Salz und Pfeffer nach Geschmack
 - Optional: Zitronensaft, Chiliflocken, Kirschtomaten oder Ei als Topping
- Das Catch Cap Team wünscht Guten Appetit !!!**