

Avocado-Salat

Cremige Avocado, knackige Tomaten, milder Mozzarella. Dieser schnelle Avocado-Salat kommt bei uns regelmäßig auf den Tisch. Was dabei nicht fehlen darf: Hochwertiges Olivenöl und frisches Basilikum! So wird auch ein einfacher Salat zur kleinen Geschmacksexplosion.



Avocado-Salat | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (2 Portionen): 2 reife Avocado | 2 Kugeln Mozzarella | 500 Gramm Tomaten (z. B. Ochsenherztomaten) | 4 Esslöffel heller Balsamico-Essig | 4 Esslöffel Olivenöl | 2 Teelöffel Salz | 1 Teelöffel Pfeffer | 1 handvoll frisches Basilikum



Avocado-Salat | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (10 Minuten): 1. Tomaten waschen, Kerngehäuse entfernen und würfeln. 2. Mozzarella in mundgerechte Stücke schneiden. 3. Avocados halbieren und den Kern entfernen. 4. Das Fruchtfleisch mit einem Löffeln aus der Schale lösen und würfeln. 5. Aus Olivenöl, Balsamico-Essig, Pfeffer und Salz ein Dressing anrühren. 6. Alles vermengen und mit frischem Basilikum servieren.

Dazu passt hervorragend: [Röstbrot](#) oder [Panini-Brot](#)! Jetzt noch mehr [Salat-Rezepte](#) und [Rezepte mit Avocado](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 778 Kalorien | 64 Gramm Fett | 27 Gramm Kohlenhydrate | 27,6 Gramm Eiweiß