

Miso-Avocado



Beschreibung

Ein schnelles, cremiges Rezept mit japanischem Flair – reife Avocado trifft auf aromatisches Miso. Diese Kombination ergibt einen herzhaften Aufstrich oder Dip mit feiner Umami-Note, perfekt für Brot, Reis oder Gemüse.

Zutaten

- Reife Avocado – 1 Stück
- Weißes Miso – 1 Teelöffel
- Zitronensaft – 1 Teelöffel
- Sesamöl – 1 Teelöffel
- Pfeffer – nach Geschmack

Zubereitungsschritte

1. Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch in eine Schüssel geben.
2. Miso, Zitronensaft und Sesamöl hinzufügen.
3. Alles mit einer Gabel zerdrücken oder kurz pürieren, bis eine cremige Konsistenz entsteht.
4. Mit Pfeffer abschmecken und sofort servieren.

Tipp

- Schmeckt köstlich als Brotaufstrich, mit Sushi-Reis oder als Dip zu Gemüsesticks.
- Für zusätzliche Frische etwas Koriander oder Frühlingszwiebeln hinzufügen.